SM-R380

Brukerhåndbok

www.samsung.com

Om denne bruksanvisningen

Du kan bruke Gear som et tilbehør til enkelte mobilenheter med Samsung Android™. Denne brukerhåndboken er spesielt utformet for å forklare apper og funksjoner som er tilgjengelige når Gear er koblet til en mobilenhet.

- Les denne bruksanvisningen før du bruker Gear for å sikre trygg og riktig bruk.
- Beskrivelser er basert på Gears standardinnstillinger.
- Bilder og skjermbilder kan variere i utseende fra det faktiske produktet.
- Innholdet kan variere fra det endelige produktet, eller fra programvare som tilbys av tjenesteleverandører eller operatører, og kan endres uten forvarsel. Du finner den nyeste versjonen av bruksanvisningen på Samsungs webområde, *www.samsung.com*.
- Tilgjengelige funksjoner og ytterligere tjenester kan variere, avhengig av Gear, programvare og tjenesteleverandør.
- Appene og funksjonene kan variere, avhengig av land, område og maskinvarespesifikasjoner. Samsung er ikke ansvarlig for ytelsesproblemer som forårsakes av apper fra en annen leverandør enn Samsung.
- Samsung er ikke ansvarlig for ytelsesproblemer eller inkompatibiliteter som forårsakes av redigerte registerinnstillinger eller endret operativsystemprogramvare. Forsøk på å tilpasse operativsystemet kan føre til at Gear eller apper ikke fungerer som de skal.
- Programvare, lydkilder, bakgrunnsbilder, bilder og andre medier som leveres med Gear, er lisensiert for begrenset bruk. Uttrekking og bruk av disse materialene for kommersielle eller andre formål er et brudd på opphavsrettslovene. Brukerne er selv ansvarlige for ulovlig bruk av medier.
- Standardapper som følger med Gear kan oppdateres og ikke lenger støttes uten forvarsel. Hvis du har spørsmål om en app som tilbys med Gear, kontakter du et Samsung-servicesenter. For brukerinstallerte apper kontakter du tjenesteleverandørene.
- Endring av Gears operativsystem eller installering av programvare fra uoffisielle kilder kan føre til feil på Gear og ødeleggelse eller tap av data. Disse handlingene er brudd på Samsung-lisensavtalen og vil ugyldiggjøre garantien din.

Instruksjonsikoner

Advarsel: Situasjoner som kan føre til skader på deg selv eller andre

Obs: Situasjoner som kan skade enheten eller annet utstyr

Merknad: Merknader, brukstips eller ytterligere informasjon

Opphavsrett

Varemerker

- SAMSUNG og SAMSUNG-logoen er registrerte varemerker som tilhører Samsung Electronics.
- Bluetooth® er et registrert varemerke som tilhører Bluetooth SIG, Inc. over hele verden.
- Alle andre varemerker og opphavsrettigheter tilhører sine respektive eiere.

Innholdsfortegnelse

Komme i gang

Grunnleggende

Apper

Innstillinger

Gear Manager

Feilsøking

Komme i gang

Om Gear 2

Når du kobler Gear 2 (også kalt Gear) til mobilenheten, kan du bruke Gear til å vise anropslogger eller stille inn alarmer. Du kan bruke mobilenheter mer praktisk ved å koble til diverse apper med Gear. Angi treningsprogrammet ditt og styr helsen din ved å koble Gear til en mobilenhet.

Du må installere Gear Manager på mobilenheten for å kunne koble Gear til den. Søk etter **Gear Manager** fra **Samsung Apps** eller gå til ***apps.samsung.com/gear2*** for å laste den ned.

Innhold i produktesken

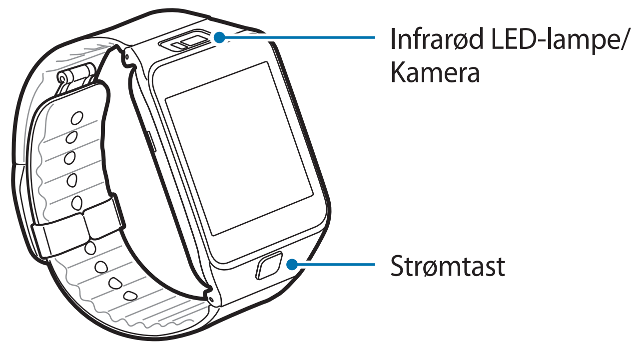
Kontroller at produktesken inneholder følgende:

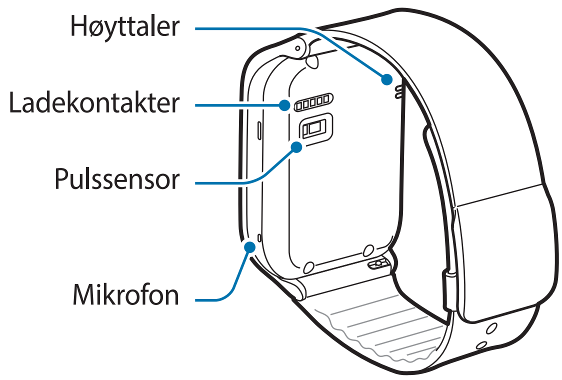
- Gear
- Ladedokk
- Hurtigstartveiledning

- Utstyret som leveres med Gear, samt annet tilgjengelig tilbehør, kan variere, avhengig av område og tjenesteleverandør.
- Det medfølgende utstyret er utformet kun for Gear, og det er ikke sikkert at det er kompatibelt med andre enheter.
- Utseende og spesifikasjoner kan være gjenstand for endringer uten forhåndsvarsel.
- Du kan kjøpe ytterligere tilbehør fra din lokale Samsung-forhandler. Kontroller at dette er kompatibelt med Gear før kjøp.
- Det er ikke sikkert at annet tilbehør er kompatibelt med Gear.
- Bruk bare Samsung-godkjent tilbehør. Feil som forårsakes av bruk av tilbehør som ikke er godkjent, dekkes ikke av garantitjenesten.
- Tilgjengelighet for alt tilbehør kan endres etter produsentenes eget skjønn. Gå til Samsungs webområde for mer informasjon om tilgjengelig tilbehør.

Enhetsoppsett

Gear

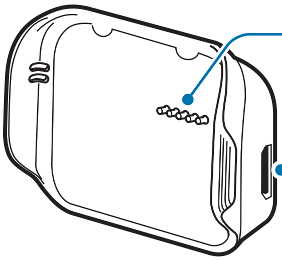




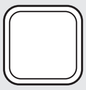
- Fuktighet og væsker kan skade Gear. Hold Gear tørr.
- Sørg for at reimen holdes ren. Kontakt med for eksempel støv og fargestoffer kan føre til flekker på reimen som ikke kan fjernes helt.

- Ikke bruk en skjermbeskytter. Dette kan føre til feil på berøringsskjermens sensor.
- Unngå at det kommer vann på berøringsskjermen. Fuktige forhold eller kontakt med vann kan føre til funksjonsfeil på berøringsskjermen.
- Hvis høyttaleren er våt, kan lyden bli forvrengt. Kontroller at høyttaleren er tørr.

Ladedokk



Tast

Tast	Funksjon
 Strøm	• Trykk på og hold inne for å slå Gear på eller av. • Trykk på for å gå til klokkeskjermbildet. • Trykk på for å låse Gear fra klokkeskjermbildet. • Trykk på og hold inne i mer enn 7 sekunder for å nullstille Gear.

Opprettholde beskyttelsen mot vann og støv

Enheten kan bli skadet hvis det kommer vann eller støv inn i den. Følg disse tipsene nøye for å hindre skader på enheten og opprettholde enhetens beskyttelse mot vann og støv.

- Ikke senk enheten dypere i vann enn 1 m, og ikke hold den under vann i mer enn 30 minutter.
- Ikke utsett enheten for **vann med høy bevegelsesenergi**, som vann fra springen, havbølger eller fosser.
- Hvis enheten er våt eller hendene dine er våte, må du tørke enheten og/eller hendene grundig før du håndterer enheten.
- **Hvis enheten utsettes for ferskvann, må du tørke grundig av den med en ren og myk klut. Hvis enheten utsettes for en annen væske enn ferskvann, må du skylle enheten umiddelbart med ferskvann og tørke grundig av den med en ren og myk klut. Hvis du ikke skyller enheten i ferskvann og tørker av den i henhold til instruksjonene, kan det oppstå feil eller kosmetiske problemer på enheten.**
- **Hvis du mister enheten eller den får et støt**, kan vann- og støvbeskyttelsen til enheten bli skadet.
- **Hvis enheten har blitt senket i vann eller mikrofonen eller høyttaleren er våt**, kan det hende at lyden ikke høres klart under en telefonsamtale. Påse at mikrofonen eller høyttaleren er ren og tørr ved å tørke av dem med en tørr klut.
- Det kan hende at berøringsskjermen og andre funksjoner ikke virker som de skal **hvis enheten brukes i vann eller i andre væsker**.
- **Enheten din har blitt testet i kontrollerte omgivelser og har vist seg å være beskyttet mot vann og støv under visse omstendigheter (oppfyller kravene til klassifisering IP67 som beskrevet av den internasjonale standarden IEC 60529 – Grader av beskyttelse gitt av kapslinger [IP-kode], testforhold: 15–35 °C, 86–106 kPa, 1 meter, i 30 minutter). Denne klassifiseringen betyr imidlertid ikke at enheten din er ugjennomtrengelig for vann i enhver situasjon.**

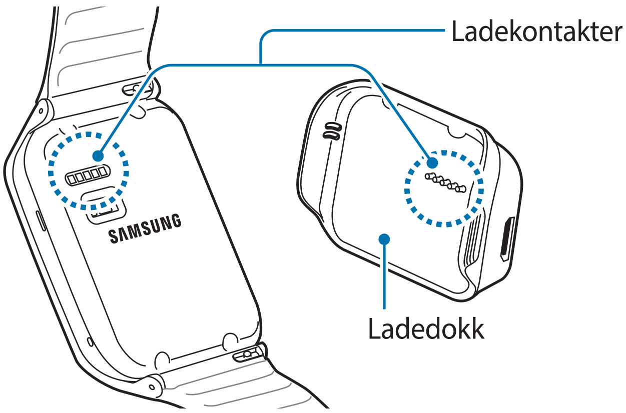
Lade batteriet

Lad batteriet før du bruker Gear for første gang. En datamaskin kan også brukes til å lade Gear ved å koble dem sammen via en USB-kabel.

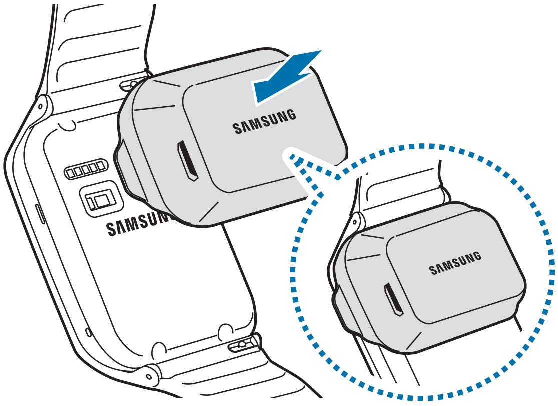
Bruk kun Samsung-godkjente ladere, batterier og kabler. Ladere eller kabler som ikke er godkjente kan føre til at batteriet eksploderer eller skade Gear.

- Når batteristrømmen er lav, er batteriikonet tomt.
- Dersom batteriet er helt utladet, vil ikke Gear slås på umiddelbart når laderen er tilkoblet. La et utladet batteri lades i noen minutter før du forsøker å slå på Gear.
- Ladedokken som leveres med Gear, brukes til å lade batteriene til Gear. Ta godt vare på dokken.

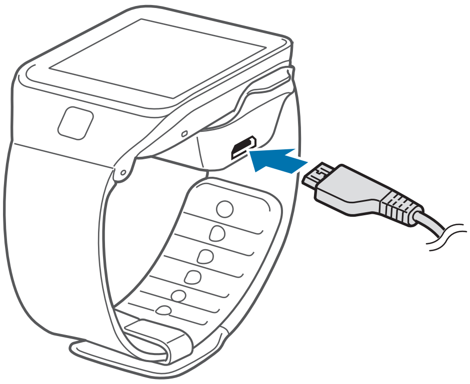
1 Finn ladekontaktene på Gear og ladedokken.



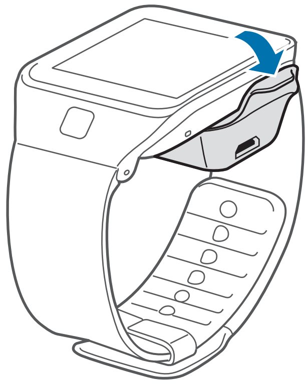
2 Plasser Gear i ladedokken med ladekontaktene vendt mot hverandre.



3 Koble den minste enden av ladekabelen til flerfunksjonskontakten på ladedokken. Koble deretter den største enden av laderen til en stikkontakt.



Når Gear er fullstendig oppladet, kobler du Gear fra ladedokken.



Hvis du kobler til laderen feil, kan dette føre til alvorlige skader på Gear. Skader som er forårsaket av feil bruk, dekkes ikke av garantien.

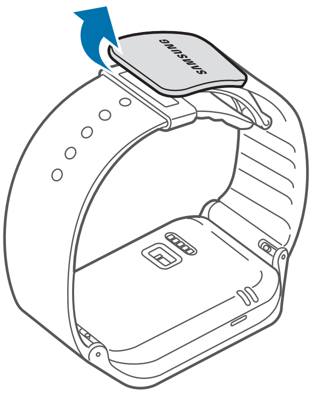
- Enkelte funksjoner er ikke tilgjengelige under lading.
- Hvis Gear mottar en ustabil strømforsyning mens den lader, kan det hende at berøringsskjermen ikke fungerer. Koble laderen fra Gear hvis dette skjer.
- Mens Gear lader, kan den bli varmere. Dette er normalt og skal ikke påvirke Gears levetid eller ytelse. Dersom batteriet blir varmere enn normalt kan det hende at laderen vil stoppe oppladingen.
- Hvis Gear ikke lades på riktig måte, må du ta med Gear og laderen til et Samsung-servicesenter.
- For å spare energi bør du koble fra laderen når den ikke er i bruk. Reiseladeren er ikke utstyrt med en strømbryter, så du bør derfor koble den fra stikkontakten for å unngå unødvendig strømforbruk. Oppbevar laderen nær stikkontakten og lett tilgjengelig under lading.

Om bruk av batteri

- Driftstiden til batteriene påvirkes av bruksmønsteret for enheten og tilstanden til batteriet.
- Batteriet er en forbruksvare. Batterilevetiden kan reduseres når flere apper eller funksjoner kjører samtidig. Batterilevetiden kan også reduseres når enheten ikke er i bruk.
- Batteriet forbrukes og nytteladningen blir kortere etter hvert.
- Batteristrømmen kan også påvirkes når du spiller av video i HD-kvalitet. Hvordan dette påvirker batteristrømmen er avhengig av situasjonen.

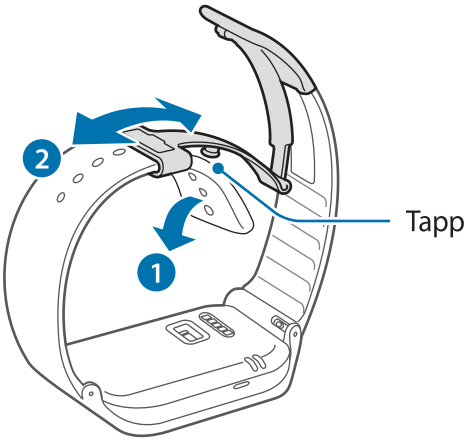
Ta på deg Gear

1 Løsne spennen.



- Vær forsiktig slik at du ikke skader fingerneglene dine når du løsner klemmen.
- Ikke bøy reimen for mye. Dette kan føre til skader på enheten.

2 Åpne klemmen, tilpass reimen rundt håndleddet ditt med tappen, og trykk inn spennen for å lukke.

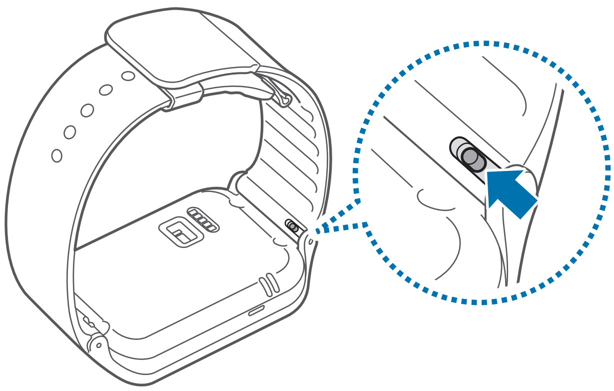


For å måle pulsen mer nøyaktig med Gear må Gear sitte godt festet på underarmen, like over håndleddet. Se "Ta på deg Gear" for mer informasjon.

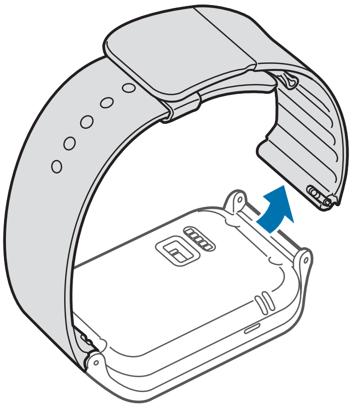
Bytte ut reimen

Koble reimen fra Gear for å bytte den ut med en ny.

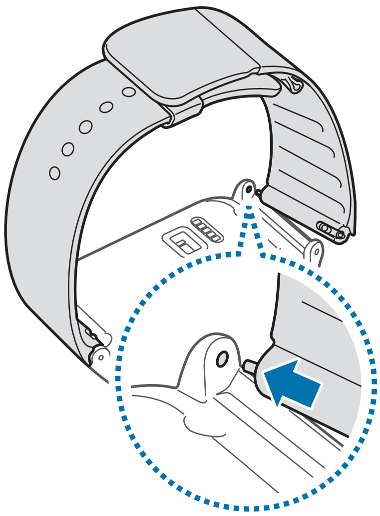
1 Skyv låsen på reimen innover.



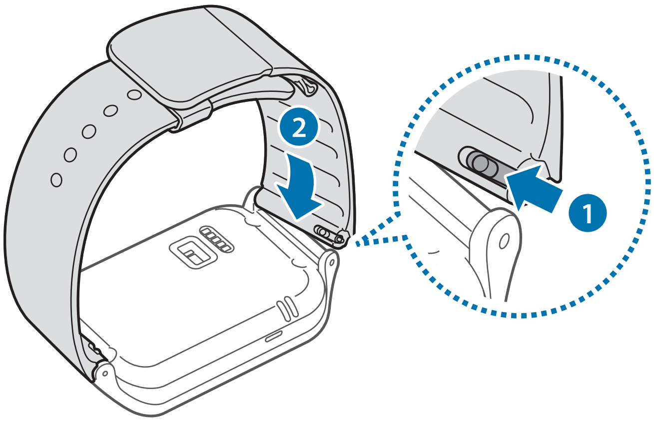
2 Koble enden av reimen fra Gear-enheten.



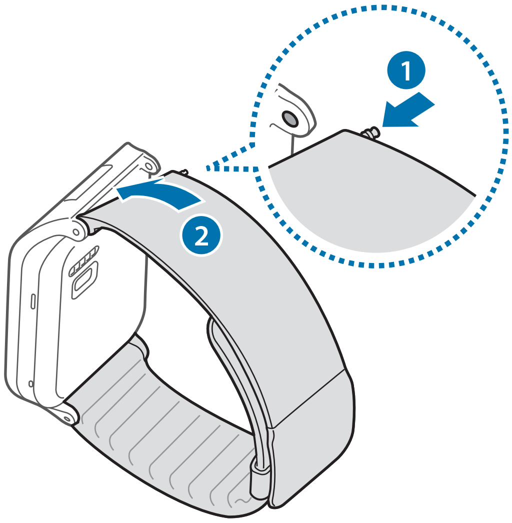
3 Sett den ene siden av nålen på den nye reimen inn i sporet på siden av Gear-enheten.



4 Skyv låsen på reimen innover. Deretter setter du inn nålen i sporet på den andre siden av Gear-enheten.



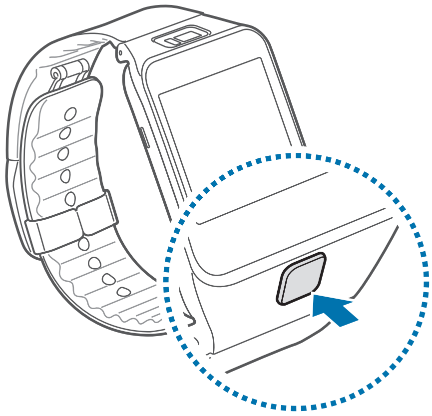
Hvis du fester en reim som ikke er produsert av Samsung, ser du på bildet nedenfor. Sett den ene enden av nålen inn i sporet og trykk den andre enden av nålen innover. Trykk nålen innover med fingeren din eller et verktøy, som en skrutrekker med flat tupp. Mens du trykker nålen innover beveger du reimen i riktig posisjon mellom enhetens spor. Fjern fingeren eller verktøyet når nålen holdes på plass mellom enheten og reimen. Juster reimen til nålen sitter inni hvert spor.



Slå Gear på og av

Følg instruksjonene på skjermen første gang du slår på Gear. Instruksjonene beskriver hvordan du kan koble Gear til en mobilenhet og konfigurere Gear.

Trykk på og hold inne strømtasten i noen sekunder for å slå Gear på. Det vises et sprettoppvindu med instruksjoner på skjermen for å laste ned og installere Gear Manager. Du kan bruke Gear først etter at Gear Manager er installert på mobilenheten. Se "Koble Gear til en mobilenhet" for mer informasjon.





Følg alle oppslåtte advarsler og instrukser fra autorisert personale når du befinner deg i områder der bruken av trådløse enheter er begrenset, som for eksempel i fly og på sykehus.

Slå av Gear ved å trykke på og holde inne strømtasten, og deretter trykke på **Slå av**.

Merknader for bruk av Bluetooth

- For å unngå problemer når du kobler Gear til en annen mobilenhet plasserer du enhetene nært inntil hverandre.
- Forsikre deg om at Gear og den andre Bluetooth-enheten er innenfor Bluetooth-rekkevidde (10 m). Avstanden kan variere, avhengig av omgivelsene som enheten brukes i.
- Forsikre deg om at det ikke er noen hindringer mellom Gear og en tilkoblet mobilenhet, inkludert mennesker, vegger, hjørner eller gjerder.
- Ikke berør Bluetooth-antennen til en tilkoblet mobilenhet.
- Bluetooth-enheter bruker samme frekvens som enkelte industrielle, vitenskapelige, medisinske og lavspenningsprodukter og interferens kan oppstå når du kobler til i nærheten av slike typer produkter.
- Samsung er ikke ansvarlig for tap, sperring eller misbruk av data som er sendt eller mottatt via Bluetooth-funksjonen.
- Forsikre deg om at du alltid deler og mottar data fra enheter som du stoler på og som er ordentlig sikret. Hvis det er hindringer mellom enhetene, kan rekkevidden reduseres.
- Enkelte enheter kan være inkompatible med Gear, særlig enheter som ikke er testet og godkjente av Bluetooth SIG.
- Ikke bruk Bluetooth-funksjonen til ulovlige formål (som for eksempel piratkopiering av filer eller ulovlig tapping av kommunikasjon for kommersielle formål).

  Samsung kan ikke holdes ansvarlig for konsekvensene ved ulovlig bruk av Bluetooth-funksjonen.

Koble Gear til en mobilenhet

Installer Gear Manager på mobilenheten, og koble Gear til enheten via Bluetooth.

- Du kan ikke installere Gear Manager på mobilenheter som ikke støtter synkronisering med Gear. Kontroller at mobilenheten er kompatibel med Gear.
- Du kan bare koble én mobilenhet til én Gear. Du kan ikke bruke flere Gear-enheter samtidig.

1 **Gear** Slå på Gear.

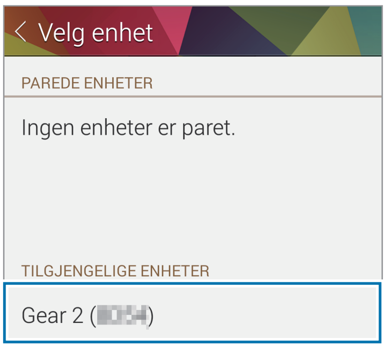
2 **Gear** Les informasjonen om nedlasting i sprettoppvinduet, og trykk på **Next**.
Modelldetaljene for Gear vises.

3 **Mobilenhet** Last ned **Gear Manager** fra **Samsung Apps**.

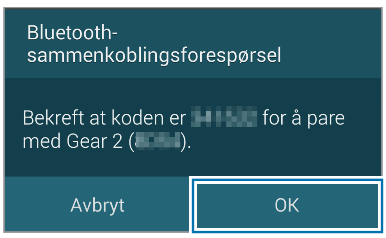
Du kan også gå til ***apps.samsung.com/gear2*** for å laste ned **Gear Manager**.

4 **Mobilenhet** På appskjermbildet trykker du på **Gear Manager**.

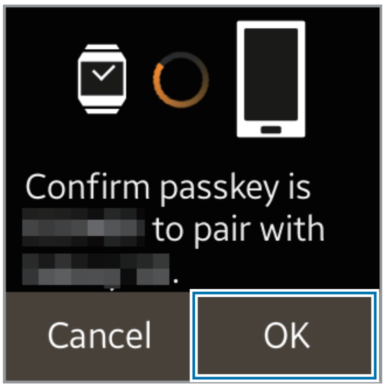
5 **Mobilenhet** Velg navnet på Gear-modellen (for eksempel Gear 2 (0000)) som ble vist i trinn 2.



6 **Mobilenhet** Når **Bluetooth-sammenkoblingsforespørsel**-vinduet vises, trykker du på **OK**.



Gear Trykk på **OK** når tilkoblingsvinduet vises.



7 **Mobilenhet** **Installer**-vinduet åpnes.

8 **Mobilenhet** Les og godta vilkårene og betingelsene, og følg deretter instruksjonene på skjermen.

- Når enhetene er tilkoblet, starter Gear Manager på mobilenheten. På Gear leser du informasjonen på skjermen om skritttelleren og trykker på **OK**. Klokkeskjermbildet vises på Gear.



- Gear Manager-appguiden åpnes.
- Du kan justere konfigurasjonen av Gear i Gear Manager.
- Tilkoblingsmetoder og skjermbilder kan variere, avhengig av enhetstype og enhetens programvareversjon.
- **Koble Gear til en annen mobilenhet**
  Hvis du ønsker å koble Gear til en ny mobilenhet eller en annen mobilenhet for første gang, må du først tilbakestille Gear. Når du tilbakestiller Gear, fjernes dataene fra minnet. Etter tilbakestillingen kan du koble Gear til en annen mobilenhet.

Låse og låse opp Gear

Når Gear ikke er i bruk bør den låses for å hindre uønskede handlinger. Du slår av skjermen ved å trykke på strømtasten på klokkeskjermbildet. Gear går deretter over i låst modus. I tillegg låses Gear også automatisk dersom den ikke brukes på en spesifisert tidsperiode.

For å låse opp Gear trykker du på strømtasten.

Justere skjermens lysstyrke

Du kan justere Gear-skjermens lysstyrke etter omgivelsene.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Skjerm** → **Lysstyrke** for å kunne justere lysstyrken.

Når det er svært lyst, som for eksempel i sterkt sollys, kan du angi maksimal lysstyrke på Gear-skjermen for å bruke **Utemodus**. Hvis skjermen forblir avslått i 5 minutter, tilbakestilles utendørsmodus automatisk til standardinnstillingene.

Justere volumet

Du kan justere volumet på Gear opp eller ned.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Lyd** → **Volum**. Deretter velger du et element for å justere det.

Ikke hold høyttaleren på Gear tett inntil øret. Overdreven eksponering overfor høye lyder kan forårsake hørselstap.

Aktivere stillemodus

Bruk én av følgende metoder:

- Trykk på og hold inne strømtasten, og trykk deretter på **Lyd** eller **Vibrasjon**.
- På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Lyd** → **Lydmodus** → **Vibrasjon** eller **Lydløs**.

Grunnleggende

Vise mobilenhetens tilkoblingsstatus og batteristatus

Bla til venstre eller høyre på startskjermbildet, og trykk på **Innstillinger**. Følgende ikoner gir informasjon om statusen til Gear. Disse ikonene vises øverst på skjermen.

Ikon	Betydning
	Mobilenhet tilkoblet
	Mobilenhet frakoblet
	Batterinivå

Bruke berøringsskjermen

Benytt kun fingrene ved bruk av berøringsskjermen.

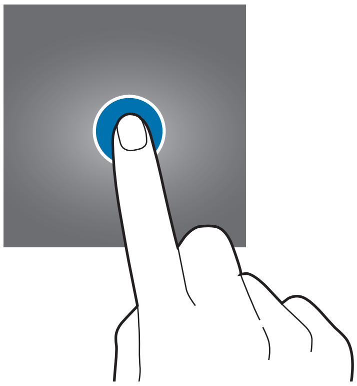
- Ikke la berøringsskjermen komme i kontakt med andre elektriske apparater. Statisk elektrisitet kan føre til funksjonsfeil på berøringsskjermen.
- For å unngå å skade berøringsskjermen må du ikke trykke på den med noe skarpt eller legge mye trykk på den med fingrene.

- Gear gjenkjenner kanskje ikke berøring i nærheten av kantene av skjermen, da disse ligger utenfor berøringsområdet.
- Hvis du lar berøringsskjermen være på uten å bruke den i lengre perioder, kan etterbilder (innbrenning i skjermen) eller dobbeltkonturer oppstå. Slå derfor av berøringsskjermen når du ikke bruker Gear.

Fingerbevegelser

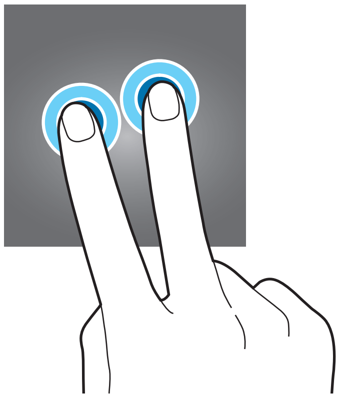
Trykke

Trykk med én finger for å åpne en app, velge et menyelement eller for å trykke på en knapp på skjermen.



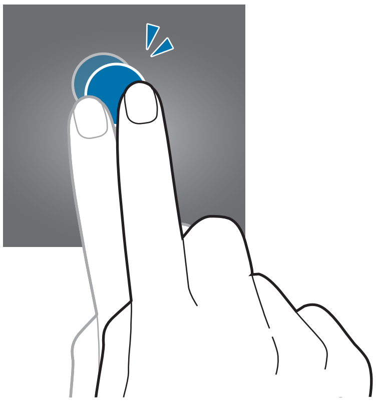
Trykke på og holde

Trykk på og hold skjermen med to fingre for å åpne en liste over nylig brukte apper.

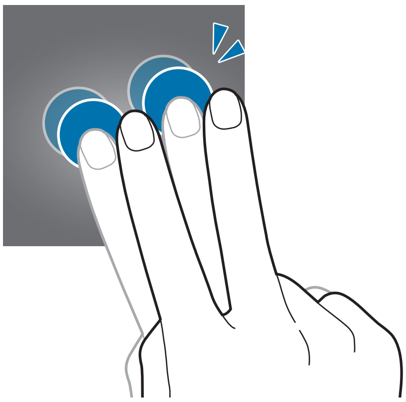


Dobbelttrykke

Trykk raskt to ganger på et bilde for å zoome inn. Trykk raskt to ganger på nytt for å gå tilbake.

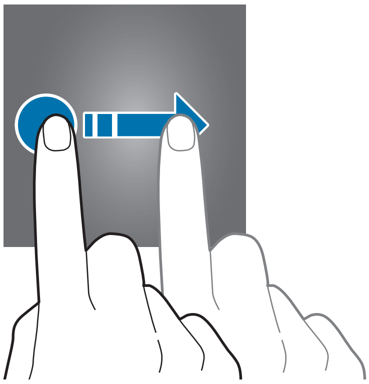


Sjekk gjeldende status for Gear og se gjenværende batterinivå ved å trykke raskt to ganger hvor som helst på skjermen med to fingre. Du kan også justere volum og skjermens lysstyrke.

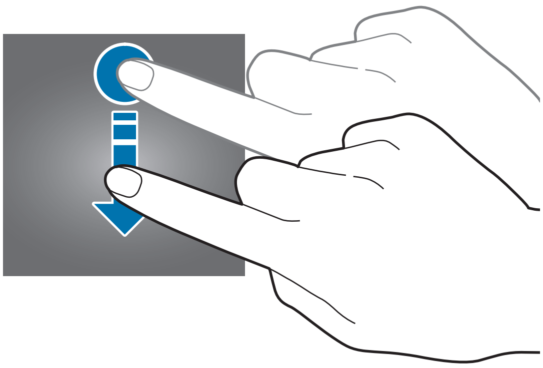


Flikke

Dra fingeren raskt til høyre eller til venstre på start- eller appskjermbildet for å vise et annet panel.

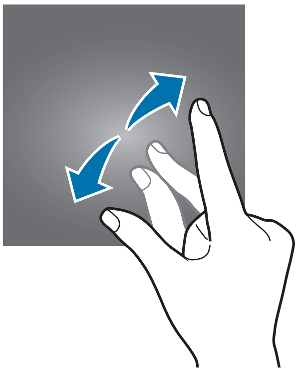


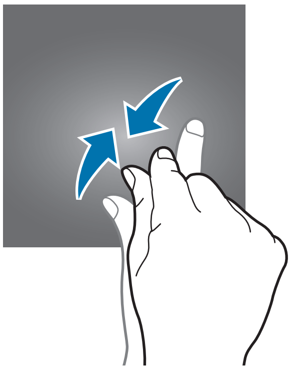
Stryk fingeren nedover fra toppen av skjermen mens du bruker apper, for å gå tilbake til den forrige siden.



Klype

Spre to fingre fra hverandre på et bilde for å zoome inn. Klyp sammen for å zoome ut.



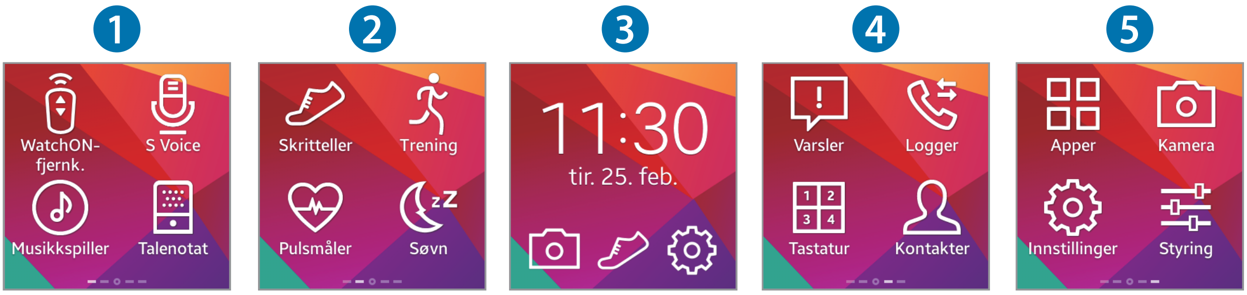


Vise startskjermbildet

Du kan vise startskjermbildet på Gear når du kobler den til mobilenheten. Det viser klokken, snarveier til apper og annet.

Startskjermbildet kan ha flere paneler. Du kan vise andre paneler ved å bla til høyre eller venstre.

Startskjermpaneler



Tilgjengelige apper og rekkefølgen på apper kan variere, avhengig av programvareversjon.

Nummer	App eller funksjon
1	**WatchON-fjernk.** Bruk Gear som en fjernkontroll for en TV eller digitalboks. **S Voice** Styr Gear med stemmen for å utføre forskjellige funksjoner. **Musikkspiller** Lytt til musikk som er lagret på Gear. **Talenotat** Spill inn og administrer talenotater som er lagret på Gear.

Nummer	App eller funksjon
2	**Skritteller** Tell skrittene som du går hver dag og send resultatet til den tilkoblede enheten. **Trening** Angi treningsmål, og mål treningen din samt kaloriene som du forbrenner. **Pulsmåler** Mål og registrer pulsen din. **Søvn** Overvåk søvnmønsteret ditt, og registrer hvor mye søvn du får.
3	**Klokke** Vis gjeldende dato og klokkeslett. Du kan også starte **Kamera**, **Skritteller** eller **Innstillinger**.
4	**Varsler** Hold deg oppdatert på en rekke hendelser, som tapte anrop eller nye meldinger, som er mottatt på den tilkoblede mobilenheten. **Logger** Vis nylige anrop og meldingslogger for den tilkoblede mobilenheten. **Tastatur** Skriv inn et telefonnummer med tastaturet for å foreta et anrop. **Kontakter** Vis kontaktlisten som er lagret på den tilkoblede mobilenheten, og foreta anrop eller send meldinger til kontakter.

Nummer	App eller funksjon
5	**Apper** Start apper som er installert på Gear. **Kamera** Ta bilder eller videoer, og send dem til den tilkoblede mobilenheten. **Innstillinger** Konfigurer Gear ved å stille inn elementer, som klokkebakgrunn, skjerminnstillinger og Bluetooth-funksjonen. **Styring** Se tilkoblingsstatus og gjenstående batterilevetid. Juster volumet og lysstyrken på skjermen.

Bruke klokkeskjermbildet

Mens du bruker Gear trykker du på strømtasten for å åpne klokkeskjermbildet.



Redigere startskjermikonene

Reorganisere plasseringen til ikonene

Trykk på og hold et ikon på startskjermbildet, og dra det til ønsket sted.

Slette ikoner

Trykk på og hold et ikon på startskjermbildet, og dra det til papirkurvikonet.

Du kan ikke slette ikoner på klokkepanelet.

Administrere paneler

Tilpass startskjermbildet ved å legge til, fjerne eller flytte paneler.

Legge til et nytt panel

Trykk på og hold et ikon for å legge til et nytt panel på startskjermbildet. Dra det deretter til . Et nytt panel legges til på startskjermbildet, og det valgte ikonet vises i det nye panelet.

Flytte et panel

Trykk på og hold et panel på startskjermbildet, og dra det til ønsket sted.

Fjerne et panel

Trykk på og hold et panel på startskjermbildet, og dra det til papirkurvikonet.

Endre bakgrunnsbildet

Du kan endre bakgrunnsfargen eller angi bakgrunnsbildet til standardbildet eller et lagret bilde.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Bakgrunn**.

Appskjermbildet

Appskjermbildet viser ikoner for alle apper.

På startskjermbildet trykker du på **Apper** for å åpne appskjermbildet.

Du kan vise andre paneler ved å bla til høyre eller venstre.

Reorganisere apper

Trykk på og hold en app på appskjermbildet, og dra den til ønsket sted.

Legge til snarveier

Trykk på og hold ønsket ikon på appskjermbildet. Dra det deretter til startikonet øverst på skjermen. Slipp fingeren når fargen på startikonet endres til oransje.

Bruke apper

Gear kan kjøre en rekke apper. På start- eller appskjermbildet trykker du på en snarvei eller et appikon for å åpne det.

På appskjermbildet blar du til venstre eller høyre for å vise alle appene som er installert på Gear-enheten.

Åpne nylig brukte apper

Trykk på og hold skjermen med to fingre, og velg deretter en nylig brukt app for å starte den.

Lukke den gjeldende appen

Trykk på og hold skjermen med to fingre, og trykk deretter på **Lukk alle**. Du kan også dra appskjermbildet til venstre eller høyre for å lukke det.

Sikre Gear

Forhindre at andre bruker eller får tilgang til personlige data og informasjon som er lagret på Gear når den er koblet fra mobilenheten. Du kan angi en PIN-kode for å sikre Gear.

Angi en PIN-kode

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Personvernlås** → **Personvernlås** → **PIN**.

Følg instruksjonene på skjermen for å angi en PIN-kode med minst fire sifre.

Hvis du angir en PIN-kode for opplåsing, låses Gear automatisk når den kobles fra mobilenheten.

Låse opp Gear

Slå på skjermen ved å trykke på strømtasten, og angi PIN-koden for opplåsing. Du kan også koble til mobilenheten på nytt for å låse opp Gear automatisk.

Bruke anropsfunksjoner

Foreta et anrop

På startskjermbildet trykker du på **Tastatur**, angir et nummer med tastaturet og trykker deretter på for å ringe. På startskjermbildet kan du eventuelt trykke på **Kontakter** → en kontakt → et telefonnummer, eller trykke på **Logger** → en kontakt → .

Under en samtale

Du kan velge blant følgende handlinger:

- : Juster volumet ved å trykke på eller .
- / → : Koble fra Gear, og fortsett samtalen på mobilenheten.
- → : Slå av mikrofonen slik at den andre parten ikke kan høre deg.
- → : Åpne tastaturet.
- → : Bytt til et Bluetooth-hodesett hvis det er koblet til mobilenheten.
- : Avslutt den pågående samtalen.

Besvare et anrop

Når du mottar et anrop, drar du til høyre.

Hvis samtale venter er aktivert, kan du foreta eller besvare et nytt anrop. Når du mottar et innkommende anrop, avslutter du den gjeldende samtalen eller setter den på vent.

Avvise et anrop

Avvis et innkommende anrop, og send en avvisningsmelding til anroperen.

Når du mottar et anrop, drar du til venstre. For å sende en melding når du avviser et innkommende anrop kan du velge en melding fra listen over avvisningsmeldinger.

Bruke varsler

Hold deg oppdatert på en rekke hendelser, som tapte anrop eller nye meldinger, som er mottatt på den tilkoblede mobilenheten.

Hvis en melding inneholder mye tekst eller vedlegg, sjekker du meldingsdetaljene på den tilkoblede mobilenheten.

Sjekke varsler

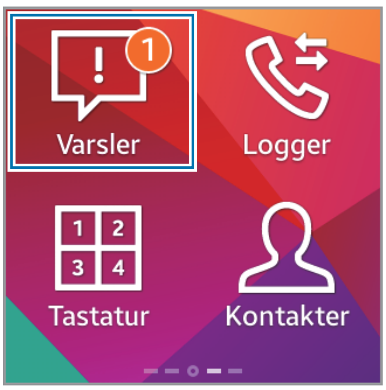
Sjekke varsler øyeblikkelig

Når du mottar et varsel, vises informasjon om varselet, som type og tid det ble mottatt, på skjermen. Når det vises et varsel, kan du trykke på det for å få mer informasjon. Et eksempel på varsel for en e-post vises i bildet nedenfor:



Sjekke varsler på et senere tidspunkt

1 Trykk på **Varsler** på startskjermbildet.

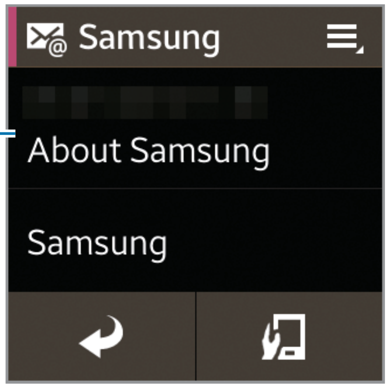


2 Velg en varseltype.



3 Velg et varsel for å vise detaljene.

Skjermbildet for varselsdetaljer



4 I detaljert varselsvisning trykker du på for å bruke ytterligere funksjoner:

- **Svar**: Svar på meldingen med meldingsmaler, S Voice eller humørikoner.
- **Vis på enheten**: Vis meldingen på den tilkoblede mobilenheten.
- **Slett**: Slett meldingen.

- Du kan motta varsler på Gear for valgte elementer. I Gear Manager trykker du på **Varsler**, og deretter merker du av elementer under **VARSLER FOR GEAR** eller **GENERELLE VARSLER**.
- Hvis du angir **Varsler** → **Begrens varsler** på Gear Manager, kan du ikke vise spesifikke varsler på Gear. Når **Begrens varsler** er angitt, kan du fremdeles vise varsler for innkommende anrop og alarmer på Gear.
- Hvis du angir **Varsler** → **Hold skjermen slått av** på Gear Manager, mottar Gear varsler når skjermen slås av.

Overføre filer

Overfør lyd-, video- og bildefiler samt andre filtyper fra en datamaskin til Gear, eller omvendt.

1 Koble Gear til datamaskinen med en USB-kabel.

2 På datamaskinen åpner du Datamaskin-mappen og dobbeltklikker på **Gear 2(XXXX)** → **Gear**.

3 Velg en fil på datamaskinen, og kopier den til ønsket lagringssted på Gear.

4 Koble fra USB-kabelen.

- Du må ikke koble fra Gear og USB-kabelen mens du overfører filer. Dette kan skade Gear eller føre til tap av data.
- Du må ikke koble Gear fra datamaskinen mens en mediefil som er lagret på Gear, spilles av på datamaskinen. Stopp medieavspillingen på datamaskinen, og koble fra Gear og datamaskinen.
- Hvis du bruker en USB-hub, er det ikke sikkert at tilkoblingen fungerer som den skal, og det kan føre til en feil ved filoverføringen. Det anbefales at du kobler Gear direkte til datamaskinens USB-port.

Oppgradere Gear

Gear kan oppgraderes til den nyeste programvaren. Gå til webområdet til Samsung for å oppgradere Gears programvare.

Oppgradere med Gear Manager

Gear kan oppgraderes direkte til den nyeste programvaren trådløst gjennom FOTA-tjenesten.

1 Trykk på **Gear Manager** på appskjermbildet til mobilenheten.

2 I **PARET ENHET**-listen trykker du på Gear-navnet.

3 Trykk på **Programvareoppd.** → **Oppdater**.

4 Les informasjonen i sprettoppvinduet, og trykk på **OK**.

Gear oppgraderer programvaren automatisk når en ny versjon er tilgjengelig.

Oppgradere med Samsung Kies

Last ned den nyeste versjonen av Samsung Kies fra webområdet til Samsung. Start Samsung Kies og koble Gear til datamaskinen. Samsung Kies gjenkjenner automatisk Gear og viser eventuelle oppdateringer som er tilgjengelige i et dialogvindu. Klikk på oppdateringstasten i dialogvinduet for å starte oppgraderingen. Gå til webområdet til Samsung for detaljer om hvordan du oppgraderer.

1 Klikk på **Oppdater** i dialogvinduet for å starte oppgraderingsprosessen.

Hvis det ikke vises et dialogvindu automatisk, klikker du på Gear-navnet i listen **Tilkoblede enheter**, og deretter klikker du på **Fastvareoppgradering**.

2 Følg instruksjonene på skjermen for å fullføre oppgraderingsprosessen.

Når oppgraderingen er fullført, vises en fullføringsmelding på skjermen og Gear tilbakestilles.

- Sjekk Gears batteristatus før du oppgraderer programvaren. Lad batteriet helt opp før du oppgraderer programvaren.
- Ikke slå av datamaskinen eller koble fra USB-kabelen mens Gear oppgraderes.
- Mens Gear oppgraderes må du ikke koble andre medieenheter til datamaskinen. Dette kan forstyrre oppdateringsprosessen.
- Mens Gear oppgraderes må du ikke starte andre apper på datamaskinen eller bruke Gear. Dette kan overbelaste datamaskinen.
- Hvis du mister Internett-tilkoblingen mens du oppgraderer programvaren, sjekker du at LAN-kabelen er skikkelig koblet til. Deretter prøver du på nytt.
- Fastvareoppgraderinger kan bare gjennomføres hvis Gear er skikkelig koblet til datamaskinen. Når Gear er skikkelig tilkoblet, vises og Gears modellnavn til venstre for Samsung Kies-skjermbildet.

Apper

S Voice

Bruk denne appen til å styre Gear med stemmen for å utføre forskjellige funksjoner.

Trykk på **S Voice** på startskjermbildet.

- Denne appen støttes ikke på enkelte språk.
- Før du bruker denne appen må du lese og godta vilkårene og betingelsene på mobilenheten.

Du kan bruke disse eksemplene på talekommandoer:

- Åpne galleri
- Ring Lulu på mobil
- Sjekk timeplan

Tips for bedre talegjenkjenning

- Snakk tydelig.
- Snakk på stille steder.
- Ikke bruk støtende ord eller slang.
- Unngå å snakke med dialekt.

Gear gjenkjenner kanskje ikke kommandoene dine eller kan utføre uønskede kommandoer, avhengig av dine omgivelser eller måten som du snakker på.

Starte S Voice

På S Voice-skjermbildet sier du en talekommando.

Når S Voice startes og ingen talekommandoer blir sagt innen en gitt periode, går appen inn i standby-modus. Mikrofonikonet nederst på skjermbildet blir grønt. For å bruke talekommandoene på nytt trykker du på mikrofonikonet for å gå ut av standby-modus.

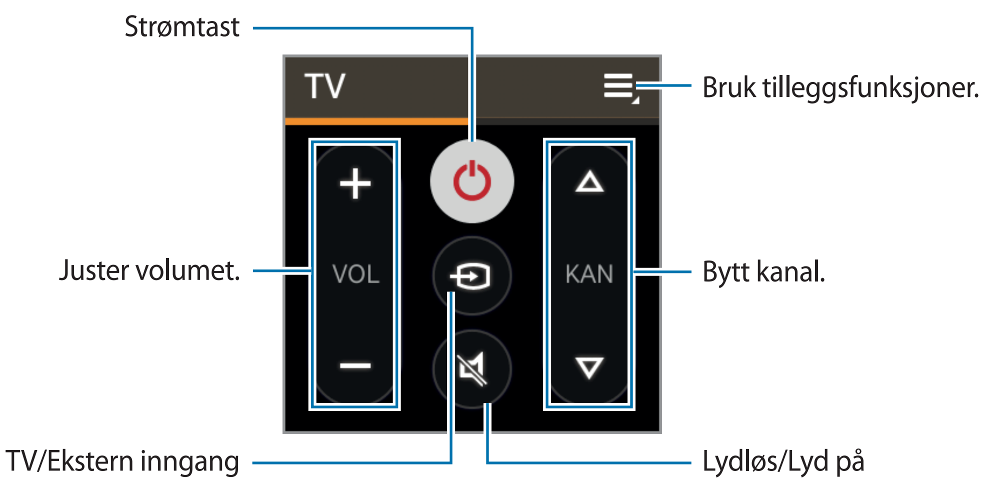
WatchON-fjernkontroll

Bruk denne appen til å bruke Gear som en fjernkontroll for andre enheter med en infrarød mottaker. Du kan bruke denne funksjonen med forskjellige enheter, som TV-er og digitalbokser.

Trykk på **WatchON- fjernk.** på startskjermbildet.

Skjermbildet for fjernkontrollen kan variere, avhengig av enheten som fjernkontrollen brukes på.

Velg enheten som skal kunne styres eksternt av Gear, og følg deretter instruksjonen på skjermen for å fullføre konfigureringen. Kontroller at den infrarøde porten på Gear-enheten peker mot enheten.



Bla til venstre på fjernkontrollen for å få tilgang til det numeriske tastaturet.

Galleri

Bruk denne appen til å se på bilder og videoer.

Trykk på **Galleri** på appskjermbildet.

Vise bilder

Bla til venstre eller høyre for å vise neste eller forrige bilde.

Zoome ut og inn

Bruk én av følgende metoder for å zoome inn i et bilde:

- Trykk raskt to ganger hvor som helst på bildet for å zoome inn.
- Spre to fingre fra hverandre for å zoome inn. Klyp dem sammen for å zoome ut, og trykk raskt to ganger for å gå tilbake.

Spille av videoer

Videofiler vises med -ikonet i forhåndsvisningen. Velg en video for å se på den, og trykk på .

Slette filer

Når du viser en fil kan du trykke på → **Slett** → **OK**.

Hvis du vil slette flere filer samtidig, kan du trykke på og holde filen som du vil slette på fillisten. Deretter kan du legge til de andre filene som du vil slette, og trykke på → **OK**.

Trykk på for å velge alle filene samtidig.

Dele filer

Når du viser en fil, kan du trykke på → **Del** for å sende den til andre eller dele den via en sosial nettverkstjeneste.

Hvis du vil dele flere filer samtidig, kan du trykke på og holde filen som du vil dele på fillisten. Deretter kan du legge til andre filer som du vil dele, og trykke på .

Vær

Bruk denne appen til å vise værinformasjon på Gear for stedene som er angitt på den tilkoblede mobilenheten.

Trykk på **Vær** på appskjermbildet.

Hvis du vil vise værinformasjon for uken, trykker du på skjermen.

Finn min enhet

Bruk denne appen for å finne mobilenheten som er koblet til.

1 Trykk på **Finn min enhet** på appskjermbildet.

2 Trykk **Start**.

Mobilenheten avgir lyder og slår på skjermen.

Dra utenfor den store sirkelen på mobilenheten, eller trykk på **Stopp** på Gear.

Denne funksjonen er bare tilgjengelig når Gear og mobilenheten er tilkoblet.

Helsestyringsapper

Bruk skrittelleren samt søvn-, trenings- og pulsmålingsappene til å overvåke og styre helsen og den fysiske formen din.

Når Gear synkroniseres med en kompatibel S Health-app, kan du bruke tilleggstjenester. Blant tilleggsfunksjonene finner du kontroll av den fysiske formen, treningsregistreringer og annet.

Skritteller, Søvn, Trening og Pulsmåler er kun ment til fritids-, velvære- og treningsformål, og ikke til medisinsk bruk. Før du bruker disse appene må du lese instruksjonene nøye. Ta kontakt med helsepersonell hvis du opplever helseproblemer eller trenger medisinsk hjelp.

Før du begynner å trene

Denne appen kan brukes til å overvåke treningen din. Mens moderat fysisk aktivitet, som for eksempel rask gange, er trygt for de fleste, anbefaler helseeksperter at du tar en prat med legen din før du begynner et treningsprogram, særlig hvis du har noen av følgende tilstander:

- Hjertesykdom
- Astma eller lungesykdom
- Diabetes eller lever- eller nyresykdom
- Leddgikt

Du bør også høre med legen din om du har noen av symptomene som tyder på hjerte- eller lungesykdom eller andre alvorlige sykdommer, som for eksempel:

- Smerte eller ubehag i brystet, nakken, kjeven eller armene under fysisk aktivitet
- Svimmelhet eller bevisstløshet
- Kortpustet ved lite anstrengelse eller ved hvile eller når du ligger eller legger deg
- Hovne ankler, særlig på natten
- En hjertemislyd eller en rask eller markert hjerterytme
- Muskelsmerte når du går opp trapper eller opp en bakke, men som forsvinner når du er i ro

American College of Sports Medicine anbefaler at du kontakter en lege før du setter i gang med intens trening hvis to eller flere av følgende gjelder:

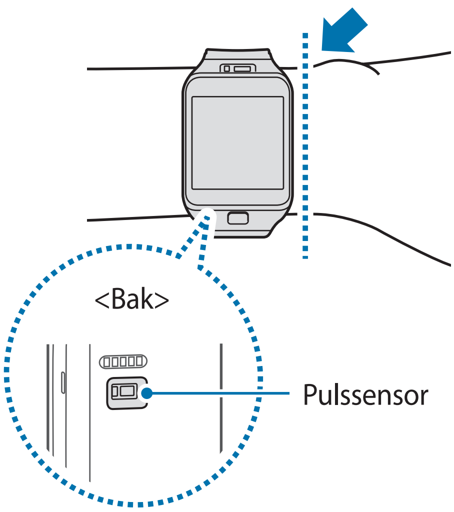
- Du er en mann eldre enn 45 eller en kvinne eldre enn 55.
- Du har en familiehistorikk med hjertesykdom før fylte 55.
- Du røyker eller har sluttet å røyke de siste seks månedene.
- Du har ikke trent på tre måneder eller flere.
- Du er overvektig.
- Du har høyt blodtrykk eller høyt kolesterol.
- Du har svekket glukosetoleranse, også kalt pre-diabetes.

Hvis du er i tvil, få det sjekket

Hvis du er usikker på helsetilstanden din, har flere helseproblemer eller er gravid, bør du snakke med en lege før du begynner med et nytt treningsprogram. Å snakke med en lege før du begynner er en god måte å planlegge et treningsprogram som er riktig og trygt for deg på. Se på det som det første steget på din vei til bedre fysisk form.

Ta på deg Gear

Når du måler pulsen, har du Geart godt festet rundt armen, rett overfor håndleddet, som vist på bildet nedenfor. Ikke fest Gear for stramt.



- Nøyaktigheten til pulssensoren kan bli svekket, avhengig av målingsforhold og omgivelser.
- Bruk pulsfunksjonen kun til å måle pulsen din.
- Ikke se direkte på pulssensorens lys. Dette kan skade synet ditt. Pass på at ikke barn ser direkte på lysene.
- Kalde temperaturer kan påvirke målingen din. Om vinteren og i kaldt vær må du holde deg varm når du måler pulsen din.
- Ta målinger av pulsen når du sitter og er avslappet. Ikke beveg kroppen når du foretar pulsmålinger. Dette kan føre til unøyaktig pulsmålinger.
- Hvis målingen er veldig forskjellig fra forventet puls, hviler du i 30 minutter før du måler på nytt.
- Røyking eller inntak av alkohol før måling kan føre til at pulsen er forskjellig fra din normalpuls.
- Ikke snakk, gjesp eller pust dypt inn mens du måler pulsen. Dette kan føre til unøyaktig pulsmålinger.
- Fordi pulssensoren bruker lys til pulsmålingen kan nøyaktigheten variere avhengig av fysiske faktorer som påvirker lysabsorpsjonen og -refleksjonen, som blodsirkulasjon/blodtrykk, hud og plassering og konsentrasjon av blodårer. Hvis pulsen din er ekstremt høy eller lav, kan målingene være unøyaktige.
- Brukere med tynne håndledd kan få unøyaktige pulsmålinger når enheten er løs, noe som fører til at lyset reflekteres ujevnt. Hvis pulsmålingen ikke fungerer som den skal, justerer du plasseringen av enhetens pulssensor til høyre, venstre, oppover eller nedover på håndleddet eller snur enheten slik at pulssensoren sitter godt inntil innsiden av håndleddet ditt.
- Hvis pulssensoren er skitten, må du tørke av den og prøve på nytt. Hindringer mellom enhetens stropp og håndleddet ditt, som kroppshår, smuss eller andre gjenstander, kan hindre lyset i å reflekteres jevnt. Sørg for å fjerne slike hindringer før bruk.
- Hvis enheten din blir varm ved berøring, tar du den av til den er kaldere. Huden kan få forbrenninger hvis den utsettes for enhetens varme overflate over lengre tid.

Skritteller

På skjermbildet for skrittelleren starter du skrittelleren for å telle skrittene dine og vise avstanden som du har gått og kalorier som du har forbrent.

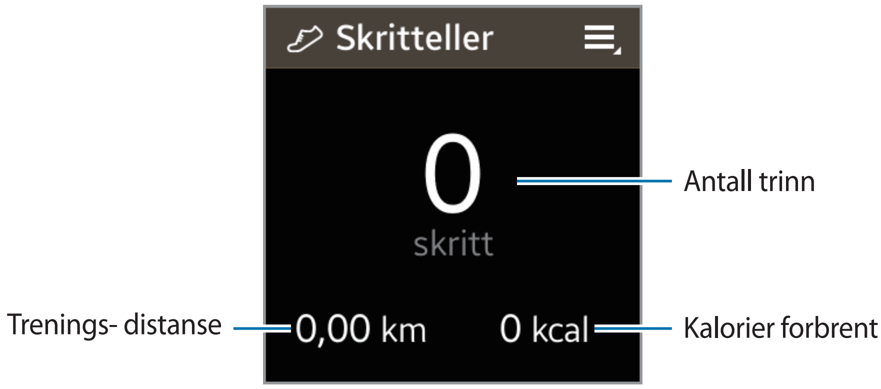
Før du bruker denne appen:

- Hvis du nettopp har kjøpt eller du har tilbakestilt Gear, leser du informasjonen på skjermen om appen og trykker på **OK**.
- Skrittelleren begynner automatisk å telle skrittene dine når Gear kobles til mobilenheten.

Telle skritt

1 Trykk på **Skritteller** på startskjermbildet.

Du kan vise informasjon, som skrittelling og forbrente kalorier, på skjermen.



2 Trykk på skjermen, og trykk deretter på **Pause** for å slutte å telle.

Bruke tilleggsfunksjoner

På skrittellerskjermbildet trykker du på ☰ for å bruke tilleggsfunksjoner:

- For å vise tidligere registreringer trykker du på **Logg**.
- For å angi mål trykker du på **Mål**.
- For å tilbakestille skrittelleren trykker du på **Tilbakestill**.
- For å dele registreringene dine med andre trykker du på **Del via**.
- For å vise hjelpeinformasjon trykker du på **Hjelp**.

- Det kan hende at du opplever en kort forsinkelse mens skrittelleren følger med på skrittene dine og deretter viser antall skritt. Du kan også oppleve en kort forsinkelse før sprettoppvinduet indikerer at målet ditt er nådd.
- Målt avstand kan variere fra faktisk avstand på grunn av ujevn skrittlengde, gange på stedet og trasking frem og tilbake.
- Hvis du bruker skrittelleren mens du reiser med bil eller tog, kan vibrasjoner påvirke skrittantallet ditt.
- Bare registreringer fra de siste tretti dagene blir lagret. Du kan se tidligere data på mobilenheten hvor S Health-appen er installert.

Søvn

Bruk denne appen til å overvåke søvnmønstrene dine og registrere hvor mye søvn du får, ved at den registrerer kroppsbevegelser mens du sover. Du kan overføre registreringene til den tilkoblede mobilenheten.

Før du bruker denne appen:

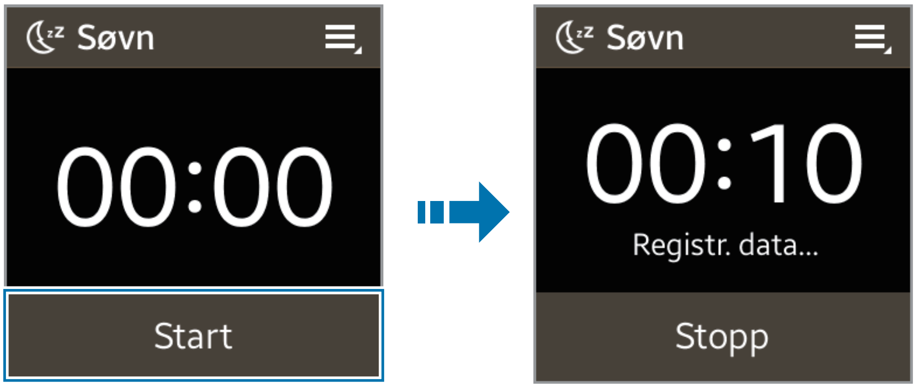
- Hvis du nettopp har kjøpt eller du har tilbakestilt Gear, leser du informasjonen på skjermen om appen og trykker på **OK**.
- Søvnappen overvåker søvnvarighet og kroppens bevegelser mens du sover.
- For å registrere mens du sover, trykker du start-tasten når du legger deg og stopptasten når du våkner.
- Søvnappen kan registrere flere søvnsykluser innenfor en periode på 24 timer. All søvn som appen registrerer innenfor den tilordnede perioden registreres og kombineres som den totale søvnperioden.

Registrere søvnvarighet

1 Trykk på **Søvn** på startskjermbildet.

2 Trykk på **Start**.

Søvnvarigheten vises på skjermen når søvnregistreringen starter.



3 Trykk på **Stopp** → **OK** for å avslutte registreringen.

Bruke tilleggsfunksjoner

På Søvn-skjermbildet trykker du på ☰ for å bruke tilleggsfunksjoner:

- For å vise tidligere registreringer trykker du på **Logg**.
- For å vise hjelpeinformasjon trykker du på **Hjelp**.

Bare registreringer fra de siste tretti dagene blir lagret. Du kan se tidligere data på mobilenheten hvor S Health-appen er installert.

Pulsmåler

Bruk denne appen for å måle og registrere pulsen din. Du kan planlegge og justere treningen med utgangspunkt i den registrerte pulsen.

- Funksjonen for pulsmåling på enheten kan ikke brukes til kliniske eller medisinske diagnoser.
- For mer nøyaktig pulsmåling måler du pulsen når kroppen ikke er i bevegelse. For å måle pulsen under trening må du bruke treningsfunksjonen.

Slik får du best mulig resultater når du måler pulsen din:

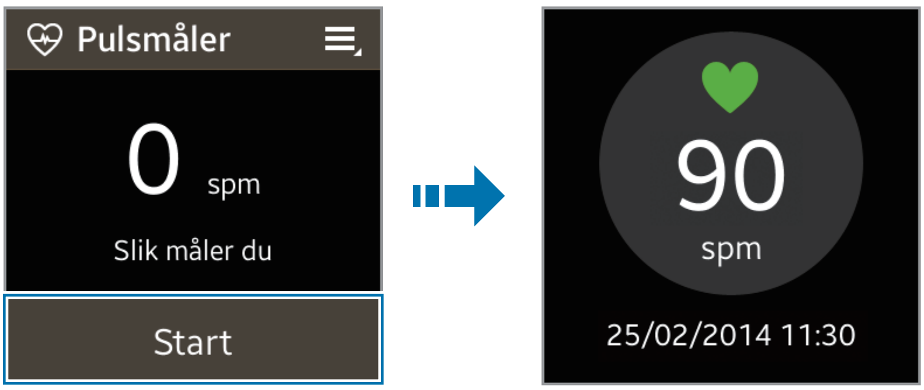
- Hvis du nettopp har kjøpt eller du har tilbakestilt Gear, leser du informasjonen på skjermen om appen og trykker på **OK**.
- Før du foretar en måling må du sørge for at kroppen er varm, og du må hvile i 5 minutter.
- Ikke beveg kroppen når du foretar målingen.
- Se "Ta på deg Gear" for mer informasjon.

Måle pulsen

1 Trykk på **Pulsmåler** på startskjermbildet.

2 Trykk på **Start** for å begynne å måle pulsen.

-ikonet vises og blinker på skjermen når pulsmålingen starter. Målingen utføres av enheten. Etter en kort pause vises pulsen din på skjermen.



Bruke tilleggsfunksjoner

På pulsmålingsskjermbildet trykker du på ☰ for å bruke tilleggsfunksjoner:

- For å vise tidligere pulsmålinger trykker du på **Logg**.
- For å vise hjelpeinformasjon trykker du på **Hjelp**.

Bare registreringer fra de siste tretti dagene blir lagret. Du kan se tidligere data på mobilenheten hvor S Health-appen er installert.

Trening

Bruk denne appen til å sette deg kostholds- og kalorimål samt planlegge treningsprogrammet. Vis treningen som du har fullført i løpet av dagen, og sammenligne den med treningsmålene dine. Du kan også føre treningene i en logg.

GPS-funksjonene på den tilkoblede mobilenheten brukes til å finne informasjon om for eksempel høyde over havet og hastighet når du sykler eller går. Sørg for at Gear og mobilenheten hele tiden er tilkoblet når du bruker denne funksjonen.

I kaldt vær gjelder følgende:

- Unngå å bruke enheten i kaldt vær. Bruk om mulig enheten innendørs.
- Hvis du bruker enheten utendørs i kaldt vær, må du dekke til Gear med ermene før du bruker den.
- Mål pulsen din før du begynner å trene. Hvis du måler pulsen under trening, kan målingene bli unøyaktige.
- Hvis du nettopp har kjøpt eller du har tilbakestilt Gear, leser du informasjonen på skjermen om appen og oppretter en profil. Når du oppretter en profil, kan du registrere makspuls automatisk eller manuelt.

  Makspuls er den raskeste pulsen en person kan oppnå via trening. Hvis du kjenner makspulsen din, angir du den manuelt. Hvis enheten er angitt til å registrere pulsen automatisk, vil Gear regne den ut slik: 210-0,65 x alder.

Følge med på treningsinformasjon

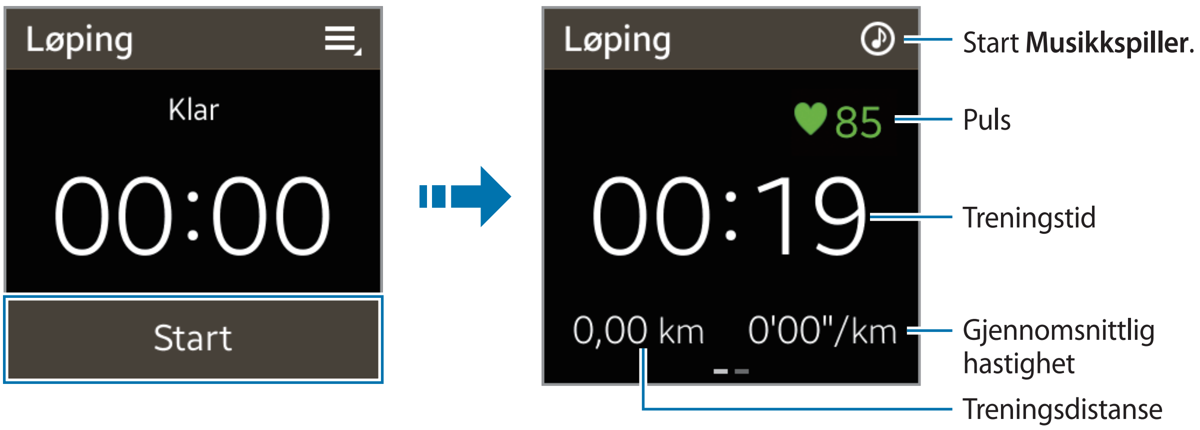
1 Trykk på **Trening** på startskjermbildet.

2 Velg en treningstype som du vil følge med på. Du kan velge mellom **Løping**, **Gåing**, **Sykling** eller **Fottur**.

3 Trykk på **Start** for å starte registreringen.

Du kan vise informasjon, som treningstid og distanse, på skjermen.

Bla til venstre på skjermen for å vise mer informasjon, som for eksempel forbrente kalorier og hastighet.



4 Trykk på skjermen og trykk deretter på **Stopp** → **OK** for å slutte å registrere treningsinformasjonen.

Treningsregistreringene vises på skjermen.

5 Bla opp eller ned for å vise registreringene.

Bruke tilleggsfunksjoner

På treningsskjermbildet trykker du på ☰ for å bruke tilleggsfunksjoner:

- For å vise tidligere treningsregistreringer trykker du på **Logg**.
- For å vise hjelpeinformasjon trykker du på **Hjelp**.

Når du registrerer treningsinformasjonen trykker du på ☰ for å bruke tilleggsfunksjoner. Enkelte funksjoner kan være utilgjengelige, avhengig av valgt treningstype:

- For å se treningsregistreringer trykker du på **Logg**.
- For å angi treningsmål trykker du på **Mål**.
- For å motta treningsråd mens du trener i løpemodus merker du av **Trening**.
- For å bruke pulsfunksjonen merker du av **Pulsmåler**.

- Bare registreringer fra de siste tretti dagene blir lagret. Du kan se tidligere data på mobilenheten hvor S Health-appen er installert.
- Målt avstand kan variere fra faktisk avstand på grunn av ujevn skrittlengde, gange på stedet og trasking frem og tilbake.

Bruke trenerfunksjonen mens du trener i løpemodus

Bruk den personlige trenerfunksjonen til å trene trygt og effektivt. Du mottar trenerveiledning i sanntid som leder deg gjennom en trygg og effektiv treningsøkt som holder deg i form.

Om trenerfunksjonen

Trenerfunksjonen inkluderer Firstbeat-teknologi som tilbyr tilpasset treningsveiledning. Firstbeat bruker treningseffektanalyse (TE) som måler samlet fysisk belastning under en treningsøkt og vurderer effekten på formen din. Treningseffektnivåer er basert på din fysiske profil og pulsinformasjonen som registreres mens du trener. Treningseffektnivået ditt øker når du trener effektivt, og trenerfunksjonen bruker treningseffekt til å gi deg tilbakemeldinger.

Tilbakemeldingene gis av funksjonen via beskjeder, som "raskere", "hold dette tempoet" og "saktere". Når du begynner å bruke trenerfunksjonen, beregner den et passende treningseffektnivå basert på profilen din. Når du trener analyserer den treningshistorikken din og gir mer tilpasset veiledning. En typisk treningsøkt begynner med lavere intensitet og øker i intensitet mot slutten.

Gå til *www.firstbeat.fi/te* for mer informasjon.

FIRSTBEAT

Gear måler pulsen din med pulssensoren. Denne funksjonen fungerer kanskje ikke skikkelig hvis pulssensoren utsettes for kraftig svette eller hvis plasseringen endres under trening.

For de beste trenerresultatene bruker du trenerfunksjonen mens du trener innendørs.

1 På startskjermbildet trykker du på **Trening** → **Løping**.

2 Trykk på ☰ og merk av for **Trening**.

Trykk på **Trening** for å stille inn treningseffekt, varighet og makspuls.

Følgende beskriver hvert treningseffektnivå:

- **Lett**: Oppretthold generell helse og forbedre utholdenheten.
- **Moderat**: Oppretthold ditt grunnleggende formnivå og forbedre kondisjonen din.
- **Forbedring**: Forbedre ditt grunnleggende formnivå og kondisjonen din.

> - Hvis du trener i kortere tid enn tilordnet for den angitte treningseffekten, økes treningsintensiteten for å oppnå treningseffekten.
> - Hvis du føler smerter eller ubehag mens du trener, stopper du øyeblikkelig og kontakter en lege.

3 Stryk fingeren nedover fra toppen av skjermen for å gå tilbake til løpeskjermbildet.

Oppsettet er fullført.

4 Trykk på **Start**.

Pulsmålingen starter. Begynn å løpe når målingen er fullført. Du kan vise informasjon, som forbrente kalorier og hastighet, på skjermen.

5 Når du er ferdig med å løpe trykker du på skjermen og deretter på **Stopp** → **OK** for å slutte å registrere treningsinformasjonen.

Meldinger

Bruk denne appen til å vise meldingene som er mottatt på den tilkoblede mobilenheten, ringe eller svare avsenderen ved hjelp av Gear.

Trykk på **Meldinger** på appskjermbildet.

Foreta et anrop

For å ringe avsenderen blar du til høyre på meldingen i listen eller trykker på → **Anrop** på navigasjonsskjermbildet for meldinger.

Svare på en melding

Trykk på på navigasjonsskjermbildet for meldinger, eller trykk på → **Svar**. Du kan bruke brukerdefinerte fraser som er lagret i Gear Manager, S Voice og uttrykksikoner i svaret. Trykk på i svarmenyen for å velge alternativer for tekstinndata.

Vise en melding på den tilkoblede mobilenheten

For å vise en melding på den tilkoblede mobilenheten trykker du på på mnavigasjonsskjermbildet for meldinger, eller trykker på → **Vis**.

Slette meldinger

På navigasjonsskjermbildet for meldinger trykker du på → **Slett**.

Du kan også trykke på , velge flere postmeldinger som du vil slette og deretter trykke på **Slett** for å slette flere meldinger umiddelbart.

Trykk på for å velge alle filene samtidig.

Musikkspiller

Bruk denne appen til å lytte til musikk som er lagret på Gear.

Trykk på **Musikkspiller** på startskjermbildet.

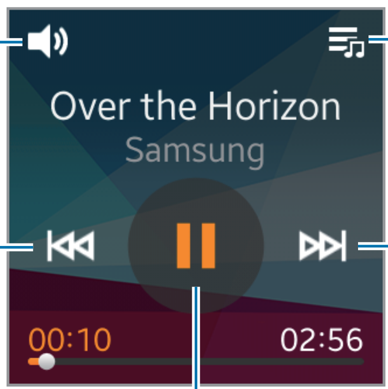
Før du bruker denne appen:
Hvis du nettopp har kjøpt eller du har tilbakestilt Gear, leser du informasjonen på skjermen om appen og trykker på **OK**.

Koble sammen med Bluetooth-hodesett

1. På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Bluetooth**.
2. Merk av for **Bluetooth** for å aktivere Bluetooth-funksjonen.
3. Trykk på **BT-hodesett** og velg et hodesett fra listen over oppdagede hodesett.

Høre på musikk

Trykk på ▶ for å spille av musikk.



Juster volumet eller lytt til musikk på et Bluetooth-hodesett.

Vis fillisten. Angi alternativer for tilfeldig avspilling og gjentaking.

Start filen som spilles av på nytt eller hopp til forrige fil. Trykk på og hold for å spole raskt bakover.

Hopp til neste fil. Trykk på og hold for å spole raskt forover.

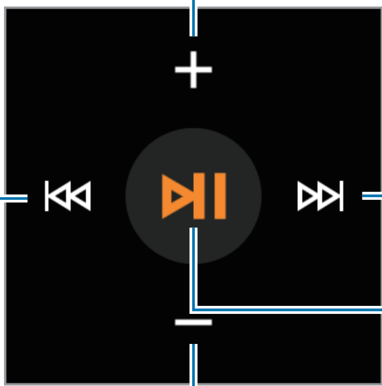
Sett avspillingen på pause og gjenoppta avspillingen igjen.

Mediekontroller

Bruk denne appen til å spille av og kontrollere mediefiler. Du kan starte musikkspilleren på mobilenheten som er koblet til, og kontrollere avspillingen med Gear. For andre mediefiler starter du avspilling på mobilenheten først. Du kan kontrollere avspilling av filen som spilles av fra Gear.

1 Trykk på **Mediekontroller** på appskjermbildet.

2 Trykk på for å spille av mediefiler på den tilkoblede mobilenheten.



Stoppeklokke

Bruk denne appen til å måle hvor lang tid som er gått.

1 Trykk på **Stoppeklokke** på appskjermbildet.

2 Trykk på **Start** for å starte tidtakingen.

- Trykk på **Runde** for å registrere rundetider.
- Stans tidtakingen ved å trykke på **Stopp**.
- Trykk på **Nullstill** for å slette rundetidregistreringer.

Kontakter

Bruk denne appen til å vise kontaktlistene til den tilkoblede mobilenheten på Gear.

Trykk på **Kontakter** på startskjermbildet.

Du kan foreta et anrop eller sende en melding til en kontakt ved å bla til venstre eller høyre på en kontaktoppføring.

Talenotat

Bruk denne appen til å ta opp talenotater. Talenotatene som er spilt inn på Gear, overføres automatisk til den tilkoblede mobilenheten.

Trykk på **Talenotat** på startskjermbildet.

Ta opp talenotater

Trykk på ● for å starte innspillingen. Snakk inn i mikrofonen nederst til høyre på Gear. Trykk på ❚❚ for å sette innspillingen på pause. Trykk på ■ for å avslutte innspillingen. Avbryt innspillingen ved å trykke på ✕.



Spille av talenotater

Trykk på ☰, og velg et talenotat som skal spilles av. Hvis taleinnhold spilles inn og deretter konverteres til en datafil, vises))T ved siden av filnavnet. Når du trykker på))T viser Gear innholdet som tekst på skjermen under avspilling.

- 🔊 : Juster volumet ved å trykke på + eller −. Du kan også koble til et Bluetooth-hodesett for å lytte til talenotatet.
- ❚❚ : Sett avspillingen på pause.
- ⏮ / ⏭ : Gå til det forrige eller det neste talenotatet.

E-post

Bruk denne appen til å sjekke e-post som du mottar på den tilkoblede mobilenheten.

Trykk på **E-post** på appskjermbildet.

For å åpne en e-postmelding velger du en e-postmelding fra listen og trykker på den. Navigasjonsskjermbildet for e-post vises.

Sjekke e-poster på den tilkoblede mobilenheten

For å sjekke e-poster på den tilkoblede mobilenheten trykker du på på navigasjonsskjermbildet for e-post, eller trykker på → **Vis på enheten**.

Slette e-poster

På navigasjonsskjermbildet for e-post i Gear trykker du på → **Slett**.

Du kan også trykke på , velge flere e-postmeldinger som du vil slette og deretter trykke på **Slett** for å slette e-postmeldingene umiddelbart.

Trykk på for å velge alle e-postene samtidig.

Tidsplan

Bruk denne appen til å vise hendelsene som er planlagt på den tilkoblede enheten med Gear.

Trykk på **Tidsplan** på appskjermbildet.

Velg en hendelse fra listen for å se mer informasjon. Bla til venstre eller høyre på skjermen eller trykk på venstre eller høyre pil for å endre dato.

Styring

Se tilkoblingsstatus og gjenstående batterilevetid. Juster volumet og lysstyrken på skjermen.

Trykk på **Styring** på startskjermbildet.

Logger

Bruk denne appen til å vise anrops- og meldingsloggene til den tilkoblede mobilenheten på Gear.

Trykk på **Logger** på startskjermbildet.

Velg en logg, og bla opp eller ned for å søke etter ønsket loggoppføring. Dra en loggoppføring til høyre for å foreta et anrop. Dra en loggoppføring til venstre for å sende en melding.

I den detaljerte visningen med loggen trykker du på for å ringe opp nummeret.

For å velge loggtypene som du vil vise åpner du listen over logger og drar fingeren ned fra midten av skjermen. Deretter trykker du på **Filtrer etter** for å velge loggene som du vil vise.

Kamera

Bruk denne appen til å ta bilder eller ta opp videoer. Gear kan lagre opptil 50 bilder og 9 videoer.

Bruk **Galleri** for å vise bilder og videoer som er tatt med Gears kamera.

Trykk på **Kamera** på startskjermbildet.

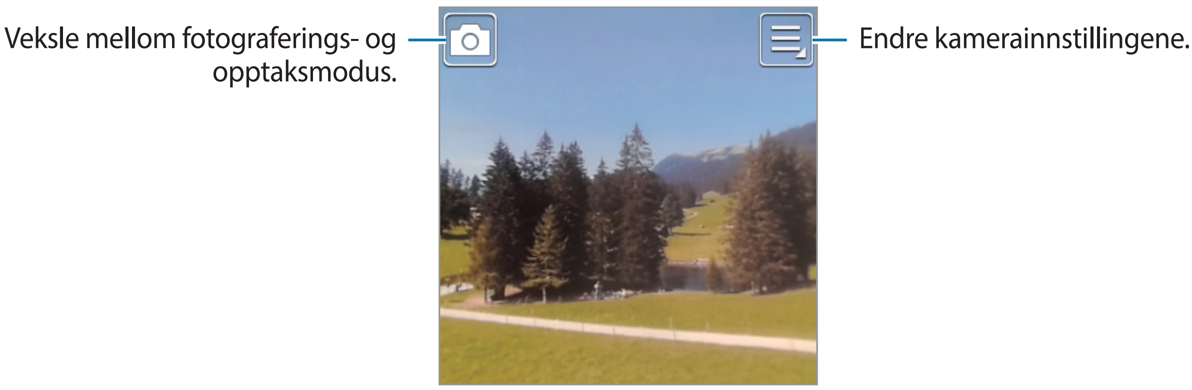
- Kameraet slås automatisk av når det ikke er i bruk.
- Kontroller at objektivet er rent. Hvis ikke kan det hende at Gear ikke fungerer som den skal i enkelte modi som krever høy oppløsning.
- Hvis Gear har lagret 50 bilder eller 9 videoer, kan du ikke ta flere bilder eller videoer. Åpne Galleri og slett filer, eller overfør filer til den tilkoblede mobilenheten. Når du har overført filer til mobilenheten og deretter tar flere bilder eller videoer, vil Gear slette noen av filene som du har overført, for å frigjøre minne.
- Du kan ikke bruke denne appen under lading.

Etiske regler for bruk av kamera

- Ikke ta bilder eller videoer av andre mennesker uten deres tillatelse.
- Ikke ta bilder eller videoer der dette er forbudt ved lov.
- Ikke ta bilder eller videoer på steder der du kan krenke andre menneskers privatliv.

Ta bilder

Trykk på skjermen for å ta et bilde.



Ta et bilde med lyd

Bruk denne modusen til å spille inn lyd sammen med et bilde.

Trykk på → **Lyd og bilde** → **På**. Bla ned fra toppen av skjermen for å gå tilbake til kameraskjermbildet, og trykk på skjermen for å ta et bilde. Gear spiller inn 9 sekunder med lyd etter at bildet er tatt. Du kan stoppe lydinnspillingen ved å trykke på skjermen på nytt.

Vise bilder

Når du har tatt et bilde, kan du bla til venstre for å se bildet. Bla til høyre for å gå tilbake til kameraskjermbildet.

Ta opp videoer

Ta opp en video

Trykk på , og trykk deretter på skjermen for å spille inn en video. Stans innspillingen ved å trykke på skjermen igjen.

Maksimal opptakstid er 15 sekunder. Når du har tatt opp tre videoer, slås kameraet av for å opprettholde enhetens ytelse.

Vise videoer

Når du har tatt opp en video, kan du bla til venstre for å spille av videoen. Bla til høyre for å gå tilbake til kameraskjermbildet.

Konfigurere kamerainnstillinger

Trykk på ☰ for å konfigurere kamerainnstillingene. Ikke alle de følgende alternativene er tilgjengelige i både fotograferings- og opptaksmodus.

- **Fokusmodus**: Velg en fokusmodus. **Auto** er kamerastyrt. **Makro** brukes for objekter som er veldig nær.
- **Bildestørrelse**/**Videostørrelse**: Velg en oppløsning. Bruk høyere oppløsning for å få bedre kvalitet. Høyere oppløsning tar opp mer minneplass.
- **Lyd og bilde**: Bruk dette til å ta et bilde med lyd.
- **Signatur**: Angi at Gear skal legge til en signatur på bilder.
- **Posisjonstagger**: Legg ved en GPS-posisjonstagg på bildet.

  - Unngå å bruke posisjonstaggfunksjonen i skyggefulle områder, mellom høye bygninger eller i dårlig vær. Mottak av GPS-signalet kan mislykkes.
  - Posisjonsinformasjon vises når bildene lastes opp til Internett. For å hindre at posisjonsinformasjonen vises kan du slå av posisjonstaggfunksjonen.

- **Talekontroll**: Angi at Gear skal gjenkjenne talekommandoer.

Enkelte innstillinger blir ikke lagret når du slår av kameraet.

Nedtelling

Bruk denne appen for å bruke Gear til nedtelling.

1 Trykk på **Nedtelling** på appskjermbildet.

2 Angi nedtellingslengde, og trykk på **Start**.

Skyv ✕ utenfor den store sirkelen når nedtellingsalarmen utløses.

Innstillinger

Klokke

Endre klokketypen som vises på klokkeskjermbildet.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Klokke**.

Bla til venstre eller høyre på skjermen for å velge en klokketype.

Bakgrunn

Endre fargen på startskjermbildet. Du kan også angi at et bilde eller foto som er lagret på Gear skal brukes som bakgrunn for startskjermbildet.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Bakgrunn**.

Varsler

Bruk Gear til å holde deg oppdatert på en rekke hendelser, slik som tapte anrop eller nye meldinger, som mottas på den tilkoblede på mobilenheten.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Varsler**.

Lyd

Endre innstillingene for forskjellige lyder på Gear.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Lyd**.

- **Volum**: Juster volumet for forskjellige lyder, som for eksempel for multimedia, ringetoner, varsler og systemlyder.
- **Lydmodus**: Angi lydmodus for Gear til lyd, vibrasjon eller lydløs.
- **Berør.lyder**: Angi at Gear skal lage en lyd når du velger apper eller alternativer på berøringsskjermen.
- **Ringetoner**: Velg en ringetone for å varsle deg om innkommende anrop.
- **Varsler**: Velg en tone for varsler, slik som innkommende meldinger og tapte anrop.
- **Vibrasjon**: Juster styrken på vibrasjonsvarslingen.

Skjerm

Endre innstillingene for skjermen.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Skjerm**.

- **Lysstyrke**: Juster skjermens lysstyrke.
- **Tidsavbrudd**: Angi hvor lenge Gear skal vente før den slår av skjermens bakgrunnslys.
- **Skrifttype**: Endre skrifttype og -størrelse for skjermteksten.
- **Språk**: Velg et skjermspråk for alle menyer og apper.

Når Gear er koblet til en mobilenhet, brukes språkinnstillingene på mobilenheten også på Gear. Språkinnstillingene kan bare endres på den tilkoblede mobilenheten.

- **Aktiveringsbev.**: Angi at Gear skal slås på og vise et bestemt skjermbilde når du gjør en spesiell bevegelse. Løft hånden med Gear, og se på skjermen i noen sekunder. Skjermen slås på, og det vises et foråndsinnstilt skjermbilde.
- **Ikonstørrelse**: Du kan justere størrelsen på ikonene på startskjermbildet.
- **Red. startskj.**: Du kan endre plasseringen til ikonene på startskjermbildet og slette dem.

Bluetooth

Konfigurer innstillingene for Bluetooth-funksjonen.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Bluetooth**.

- **Bluetooth**: Slå Bluetooth-funksjonen på eller av.
- **BT-hodesett**: Søk etter Bluetooth-hodesett, og koble det til Gear.
- **Gjør synlig**: Angi at Gear skal vises på andre enheters lister når de søker etter Bluetooth-enheter.

Sperremodus

Sperr alle varsler unntatt varsler for alarm og nedtellingsalarm.

På startskjermbildet trykk på **Innstillinger** → **Sperremodus**, og velg deretter et alternativ.

Dobbelttrykk

Du kan angi at en app skal starte når du trykker raskt to ganger på strømtasten.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Dobbelttrykk**, og deretter velger du et alternativ.

Personvernlås

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Personvernlås**.

- **Personvernlås**: Aktiver eller deaktiver personvernlåsfunksjonen ved å angi en PIN-kode på minst fire sifre. Du kan låse opp skjermen på Gear ved å angi PIN-koden når mobilenheten og Gear er frakoblet.
- **Hjelp**: Åpne hjelpeinformasjon om bruk av personvernlåsfunksjonen.

Profil

Opprett en profil ved å angi fysisk informasjon som kjønn og kroppsstørrelse.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Profil**, og deretter velger du et alternativ.

Nullst. Gear

Tilbakestill innstillingene til standardverdiene og slett alle dataene. Standardappene blir ikke slettet.

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Nullst. Gear**.

Koble Gear til en annen mobilenhet

Hvis du ønsker å koble Gear til en ny mobilenhet eller en annen mobilenhet for første gang, må du først tilbakestille Gear. Når du tilbakestiller Gear, fjernes dataene fra minnet. Etter tilbakestillingen kan du koble Gear til en annen mobilenhet.

Gear-informasjon

På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Gear-informasjon**.

- **Om Gear**: Få informasjon om Gear.
- **USB-feilsøki...**: Aktiver eller deaktiver USB-feilsøkingsmodus. Du kan bruke denne modusen når du utvikler apper ved å koble Gear til en datamaskin via en USB-kabel.

Gear Manager

Starte Gear Manager

Med denne appen kan du koble til en mobilenhet og tilpasse innstillingene og appene for Gear. Du kan også bruke den til å få tilgang til funksjonene på den tilkoblede mobilenheten.

På appskjermbildet på den tilkoblede mobilenheten trykker du på **Gear Manager**.

Enkelte funksjoner er kanskje ikke tilgjengelige, avhengig av typen tilkoblet mobilenhet.

Koble til en ny Gear

Øverst på Gear Manager-skjermen trykker du på ⋮ → **Søk etter nye enheter**. Koble fra den gjeldende Gear-enheten, og koble til en annen Gear-enhet.

Konfigurere Gear-innstillingene

Få tilgang til informasjon om Gear, og oppdater Gear-programvaren.

Trykk på Gear-navnet i **PARET ENHET**-listen på Gear Manager-skjermbildet og bruk deretter følgende funksjoner:

- **Koble til** / **Koble fra**: Koble til eller fra en Gear-enhet.
- **Endre navn**: Gi Gear et nytt navn.
- **Programvareoppd.**: Oppdater Gear til den nyeste programvaren.
- **Modellnummer**: Se Gears modellinformasjon.
- **Programvareversjon**: Vis Gears versjonsinformasjon.

Stiler for startskj.bilde

Du kan endre innstillingene for Gear-startskjermbildet.

Trykk på **Stiler for startskj.bilde** på Gear Manager-skjermbildet.

Bakgrunner

Endre fargen på Gear-startskjermbildet. Du kan også angi at et bilde eller foto som er lagret på mobilenheten skal brukes som bakgrunn for Gear-startskjermbildet.

Trykk på **Bakgrunner** på Gear Manager-skjermbildet.

Velg et bakgrunnsbilde til startskjermbildet. Det valgte bakgrunnsbildet brukes på startskjermbildet i Gear.

Klokke

Du kan endre klokketypen som skal vises på klokkeskjermbildet.

Trykk på **Klokke** på Gear Manager-skjermbildet. Velg ønsket klokketype.

For å konfigurere detaljert informasjon på klokkeskjermbildet trykker du på ⚙ ved siden av klokkelisten og velger et element.

S Health

Du kan overføre S Health-registreringer som er lagret på Gear til den tilkoblede mobilenheten.

For å angi tidsintervallet for overføring av filer trykker du ⚙ ved siden av **S Health** og trykker på **Overføringsint. Skritteller** på Gear Manager-skjermbildet. Trykk på **Overfør nå** for å overføre en fil med det samme.

Trykk på **S Health** på Gear Manager-skjermbildet for å starte S Health.

Varsler

Hold deg oppdatert på en rekke hendelser, som tapte anrop eller nye meldinger, som er mottatt på den tilkoblede mobilenheten. Du kan også konfigurere innstillinger for varselsfunksjonen.

På Gear Manager-skjermbildet trykker du på **Varsler**, skyver **Varsler**-bryteren til høyre og merker av elementer.

- **Begrens varsler**: Angi at hendelser, som for eksempel anrop eller meldinger, ikke skal varsles via Gear.
- **Smart relay**: Angi at mobilenheten umiddelbart skal gi deg beskjed om nye varsler når du tar den opp. Samtidig blir Gear varslet om nye meldinger eller tapte anrop.

  - Denne funksjonen er bare tilgjengelig når Gears skjerm er på.
  - Enkelte mobilenheter støtter ikke denne funksjonen.
  - Mobilenheten må først låses opp når skjermen er låst.

- **Forhåndsvis melding**: Angi at sprettoppvinduer skal vise appnavnet eller innholdet.
- **Hold skjermen slått av**: Angi at du skal motta varsler med skjermen avslått.
- **DIREKTEVARSLER FOR GEAR**: Angi elementene som skal mottas direkte på Gear.
- **VARSLER FOR GEAR**: Angi elementene som skal varsles på Gear hvis de ikke sjekkes på den tilkoblede mobilenheten.
- **GENERELLE VARSLER**: Angi ytterligere elementer som skal varsles på Gear.

Mine apper

Du kan administrere appinnstillinger som er installert på Gear. Bla opp eller ned for å vise alle appene som er installert på Gear.

Trykk på **Mine apper** på Gear Manager-skjermbildet.

Konfigurere appinnstillinger

Trykk på ⚙ ved siden av en app, og konfigurer innstillingene.

Overføre musikkfiler fra mobilenheten til Gear

Du kan overføre musikkfiler som er lagret på mobilenheten, til Gear.

Trykk på ⚙ ved siden av **Musikkspiller**, trykk på **Send spor til Gear**, trykk på og hold en fil, og velg deretter filer som skal overføres. For å overføre de valgte filene til Gear trykker du på **Send**.

Overføre bilder, videoer og talenotater fra Gear

Du kan overføre filer som bilder, videoer og talenotater til mobilenheter.

- For å overføre talenotater trykker du på ⚙ ved siden av **Talenotat** og trykker på **Automatisk overføring** → **Ingen** → **Overfør nå**. For å angi at filene automatisk skal overføres til en mobilenhet når notater spilles inn med Gear, trykker du på **Automatisk overføring** → **Alltid**.
- For å overføre bilder og videoer trykke du på ⚙ ved siden av **Kamera**, og trykker på **Automatisk overføring** → **Manuelt** → **Overfør nå**. For å angi at filene automatisk skal overføres til en mobilenhet når bildene tas med Gear, trykker du på **Automatisk overføring** → **Alltid**.

Samsung Apps

Du kan laste ned apper fra **Samsung Apps**.

Trykk på **Samsung Apps** på Gear Manager-skjermbildet. Søk etter en app, og velg den for å laste den ned.

For å installere apper som du har lastet ned fra andre kilder enn **Samsung Apps**, går du til Gear Manager-skjermbildet, trykker på **Innstillinger** → **Ukjente kilder** → **OK**.

Finn min Gear

Hvis du glemmer hvor du har lagt Gear, kan Gear Manager hjelpe deg med å finne den.

Trykk på **Finn min Gear** på Gear Manager-skjermbildet.

Trykk på **Start**, Gear avgir lyder og slår på skjermen.

Denne funksjonen er bare tilgjengelig når Gear og mobilenheten er tilkoblet.

Innstillinger

Bruk denne appen til å konfigurere Gear og angi forskjellige alternativer.

Trykk **Innstillinger** på Gear Manager-skjermbildet.

Sikkerhetskopiering og gjenoppretting

Sikkerhetskopier lagrede data på Gear, eller gjenopprett sikkerhetskopieringsdata. På Innstillinger-skjermbildet trykker du på **Sikkerhetskopier og gjenopprett**.

Angi strømtasten

Angi handlinger som skal utføres når du trykker raskt to ganger på strømtasten på Gear.

På Innstillinger-skjermbildet trykker du på **Dobbelttrykke Hjem-tasten**, og deretter velger du et alternativ.

Aktivere automatisk lås-funksjonen

Angi at mobilenheten skal låses automatisk når den kobles fra Gear.

Trykk på **Automatisk lås** på Innstillinger-skjermbildet.

Trykk på **Fortsett**, tegn et mønster ved å koble sammen fire eller flere punkter, og tegn deretter mønsteret på nytt for å bekrefte det.

Når Gear ikke oppdages, aktiveres mønsterlåsen automatisk på mobilenheten.

Når Gear oppdages, deaktiveres mønsterlåsen.

Bruke en aktiveringsbevegelse

Angi at Gear skal gjenkjenne din bevegelse for å aktivere Gear og vise klokken eller den siste siden som du åpnet når skjermen er slått av.

På Innstillinger-skjermbildet trykker du på **Aktiveringsbevegelse**, og deretter skyver du **Aktiveringsbevegelse**-bryteren mot høyre. For å velge et forhåndsangitt skjermbilde som skal vises når skjermen slås på, trykker du på **Velg skjermen som vises**.

Hvis du vil aktivere Gear, løfter du hånden med Gear, og ser på skjermen i noen sekunder. Skjermen slås på, og det vises et forhåndsangitt skjermbilde.

Angi en metode for å skrive inn tekst og administrere maler

Velg en metode for å skrive inn tekst og administrere meldingsmaler.

- **Standard**: Velg en metode for å skrive inn tekst.
- **Rediger tekstmaler**: Administrer meldingsmaler som skal brukes når du svarer på en melding.

Svare på et innkommende anrop med en talekommando

Når det kommer et anrop, kan du godta eller avvise det ved å bruke en talekommando.

Trykk på **Innkommende anrop** på Innstillinger-skjermbildet.

Konfigurere nødmeldinger

Du kan stille inn enheten til å sende en melding til mottakere i en nødssituasjon.

På Innstillinger-skjermbildet trykker du på **Send hjelp-meldinger**, og deretter skyver du **Send hjelp-meldinger**-bryteren til høyre. Trykk raskt tre ganger på strømtasten for å sende en nødmelding som inkluderer din gjeldende plassering.

Enkelte mobilenheter støtter ikke denne funksjonen.

Angi nødkontakter

Du kan forhåndsdefinere kontakter som du vil sende en melding til i et nødstilfelle.

På Innstillinger-skjermbildet trykker du på **Administrer primærkontakter** → **Opprett primærkontakt** → **Opprett ny kontakt** eller **Velg fra kontakter**. Du kan opprette en ny kontakt eller velge fra kontaktlisten.

Enkelte mobilenheter støtter ikke denne funksjonen.

Sikkerhet for innstillinger

Angi for å tillate eller blokkere installering av apper fra andre appbutikker enn **Samsung Apps**.

Merk av for **Ukjente kilder** på Innstillinger-skjermbildet.

Vise lisensen for åpen kilde

Du kan vise lisensinformasjonen for åpen kilde.

Trykk på **Åpen kilde-lisens** på Innstillinger-skjermbildet.

Vise Gear Manager-versjonen

Vis Gear Manager-versjonsinformasjon i **Gear Manager-versjon**.

Hjelp

Du kan få tilgang til informasjon om bruk av Gear og andre nyttige apper.

Trykk på **Hjelp** på Gear Manager-skjermbildet.

Feilsøking

Vennligst prøv følgende løsninger før du kontakter et Samsung-servicesenter. Det kan hende at enkelte situasjoner ikke gjelder for Gear.

Gear slår seg ikke på

Når batteriet er fullstendig utladet, slås ikke Gear på. Lad opp batteriet helt før du slår på Gear.

Berøringsskjermen reagerer sakte eller feil

- Hvis du fester et beskyttelsesdeksel eller tilleggsutstyr på berøringsskjermen, kan det hende at berøringsskjermen ikke fungerer korrekt.
- Hvis du bruker hansker, hvis hendene dine ikke er rene når du berører skjermen, eller hvis du trykker på skjermen med skarpe gjenstander eller med fingertuppene, kan det hende at berøringsskjermen ikke fungerer.
- Fuktige forhold eller kontakt med vann kan føre til funksjonsfeil på berøringsskjermen.
- Start Gear på nytt for å fjerne alle midlertidige programvarefeil.
- Kontroller at Gears programvare er oppgradert til den nyeste versjonen.
- Hvis berøringsskjermen er ripet eller skadet, går du til et Samsung-servicesenter.

Gear fryser eller har uopprettelige feil

Hvis Gear fryser eller henger seg opp, kan det hende at du må lukke apper og så slå på Gear for å gjenopprette funksjonaliteten. Hvis Gear stopper helt og ikke lengre reagerer, trykker du på og holder inne strømtasten i mer enn 7 sekunder for å starte den på nytt.

Hvis dette ikke løser problemet, kan du gjenopprette fabrikkinnstillingene. På startskjermbildet trykker du på **Innstillinger** → **Nullst. Gear** → **OK**. Før du utfører tilbakestilling til fabrikkinnstilte data, må du huske å ta sikkerhetskopier av alle viktige data som er lagret på Gear.

Hvis problemet fremdeles ikke er løst, tar du kontakt med et Samsung-servicesenter.

En annen Bluetooth-enhet finner ikke Gear

- Forsikre deg om at Bluetooth-funksjonen er aktivert på Gear.
- Tilbakestill Gear og prøv på nytt.
- Forsikre deg om at Gear og den andre Bluetooth-enheten er innenfor Bluetooth-rekkevidde (10 m). Avstanden kan variere, avhengig av omgivelsene som enheten brukes i.

Hvis tipsene ovenfor ikke løser problemet, tar du kontakt med et Samsung-servicesenter.

En Bluetooth-forbindelse blir ikke opprettet eller Gear og mobilenheten blir frakoblet

- Sørg for at Bluetooth-funksjonen er aktivert på begge enhetene.
- Kontroller at det ikke er noen hindringer, som vegger eller elektrisk utstyr, mellom enhetene.
- Kontroller at den nyeste versjonen av Gear Manager-appen er installert på mobilenheten.
- Forsikre deg om at Gear og den andre Bluetooth-enheten er innenfor Bluetooth-rekkevidde (10 m). Avstanden kan variere, avhengig av omgivelsene som enheten brukes i.
- Start begge enhetene på nytt, og start Gear Manager på mobilenheten på nytt.

Anrop kobles ikke til

- Sørg for at Gear er koblet til en mobilenhet.
- Sørg for at mobilenheten som er koblet til, har tilgang til riktig mobilnettverk.
- Sørg for at du ikke har angitt anropssperring for telefonnummeret som du ringer til, på mobilenheten som er koblet til.
- Sørg for at du ikke har angitt anropssperring for innkommende telefonnummer på mobilenheten som er koblet til.

Andre hører ikke at du snakker under en samtale

- Forsikre deg om at du ikke dekker til den innebygde mikrofonen.
- Forsikre deg om at mikrofonen er i nærheten av munnen din.

Det er ekko under en samtale

Juster volumet eller beveg deg til et annet område.

Lav lydkvalitet

Det kan også hende at du har tilkoblingsproblemer på grunn av problemer med mobilenhetens nettverkstilkoblinger.

Batteriikonet er tomt

Batterinivået er lavt. Lad opp batteriet igjen.

Batteriet lader ikke skikkelig (for Samsung-godkjente ladere)

- Kontroller at du har plassert Gear i ladedokken og koblet dokken riktig til laderen.
- Hvis ladepolene er skitne, kan det hende at batteriet ikke lader skikkelig eller at Gear slår seg av. Tørk av begge de gullfargede kontaktene og forsøk å lade batteriet igjen.
- Batteriene i enkelte enheter kan ikke skiftes ut av brukeren. For å skifte ut batteriet må du gå til et Samsung-servicesenter.

Batteriet tømmes raskere enn da jeg kjøpte det

- Når du utsetter Gear for veldig lave eller veldig høye temperaturer, kan nytteladningen reduseres.
- Batteriforbruket øker når du bruker noen apper.
- Batteriet forbrukes og nytteladningen blir kortere etter hvert.

Gear er varm ved berøring

Når du bruker apper som krever mer strøm, eller bruker apper på Gear over lengre tid, kan Gear føles varm ved berøring. Dette er normalt og skal ikke påvirke Gears levetid eller ytelse.

Feilmeldinger vises når kameraet startes

Gear må ha tilstrekkelig tilgjengelig minne og batteristrøm for å bruke kameraappen. Hvis du mottar feilmeldinger når du starter kameraet, kan du forsøke følgende:

- Lad opp batteriet.
- Frigjør minneplass ved å slette filer fra Gear.
- Start Gear på nytt. Hvis du fortsatt har problemer med kameraappen etter å ha fulgt disse tipsene, tar du kontakt med et Samsung-servicesenter.

Fotokvaliteten er dårligere enn forhåndsvisningen

- Kvaliteten på bildene dine kan variere, avhengig av omgivelsene og de fotograferingsteknikkene som du bruker.
- Hvis du tar bilder i mørke områder, om natten, eller innendørs, kan det oppstå forstyrrelser i bildene eller de kan være ute av fokus.

Det blir ikke opprettet en forbindelse når du kobler Gear til en datamaskin

- Forsikre deg om at USB-kabelen som du bruker, er kompatibel med Gear.
- Forsikre deg om at du har korrekt driver installert og oppdatert på datamaskinen din.
- Hvis du bruker Windows XP, må du kontrollere at du har Windows XP Service Pack 3 eller høyere installert på datamaskinen.
- Forsikre deg om at du har Samsung Kies installert på datamaskinen din.

Data lagret på Gear er gått tapt

Ta alltid sikkerhetskopier av all viktig data lagret på Gear. Hvis ikke vil du ikke kunne gjenopprette data hvis de blir ødelagte eller går tapt. Samsung påtar seg ikke ansvar for tap av data lagret på Gear.

Det er en liten åpning rundt utsiden av Gear-dekselet

- Denne åpningen er en nødvendig produksjonsfunksjon og mindre risting eller vibrering av deler kan oppstå.
- Over tid kan friksjon mellom deler føre til at denne åpningen utvides litt.

Noe innhold kan variere fra din Gear avhengig av område, tjenesteleverandør, eller programvareversjon, og kan være gjenstand for endringer uten ytterligere forvarsel.

Trenger du hjelp eller har spørsmål, henviser vi til www.samsung.no.

Klikk inn på “SUPPORT”=>”Hjelp og feilsøking” eller søk ved hjelp av modellnummer.

Alternativt kan du ringe vår kundesupport på telefon 815 56 480.

www.samsung.com

Norwegian. 07/2014. Rev.1.1